WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

اداریہ۔

اسلام وعلیکم،

الحمد للہ تو مولود " ست رنگ " کے تیسرے شمارے کے ساتھ حاضر خدمت ہیں......جس میں آپ کی توجہ وطلب کے لیے بہت کچھ موجود ہے...... بلاشبہ ست رنگ بارش کے اس پہلے قطرے کی طرح ہے جو نقطہ آغاز یا ابتداء بن کے آتا ہے۔ یہ ایک بڑی حقیقت ہے کہ بظاہر معمولی نظر آنے والا ایک معمولی قطرہ اپنے اندر تنہا کوئی وسعت اور کوئی اہمیت نہیں رکھتا مگر جب یہی قطرہ دوسرے کئی قطروں سے مل جائے تو وہ قلزم کی صورت اختیار کر لیتا ہے اور بے شمار قطروں سے مل کر بننے والا قلزم اپنے اندر نا صرف بیش بہا وسعت اور اہمیت رکھتا ہے، بلکہ بڑے سے بڑا انقلاب لانے کی صلاحیتوں کا حامل بھی بن سکتا ہے۔ اسی طرح ست رنگ میگزین بھی بظاہر ابتداء ہے جو رفتہ رفتہ علم و ہنر کے کئی قطروں سے مل کر ایک دن ایک وسیع قلزم کی صورت اختیار کر لے گا، اور آنے والے وقتوں میں علم و ادب کی ایک روشن کرن ثابت ہو سکے گا انشاءاللہ۔ بلاشبہ ست رنگ کے ست رنگی سلسلوں میں پنپتے رنگ و روشنی کے رنگا رنگ سلسلے ایک مشترکہ کاوش اور محنت کا نتیجہ ہیں اور ہم ان سب دوستوں کے بھی شکر گزار ہیں جو ہماری ان کاوشوں میں ہمارے ساتھ ساتھ ہیں اور ہمارا حوصلہ بڑھانے کا باعث بن رہے ہیں......ہم اپنی کوششوں میں کس حد تک کامیاب ہوئے ہیں یا ہو رہے ہیں اس کے لیے اپنے قارئین کی رائے ہمارے لیے بہت اہمیت رکھتی ہے......ڈاکٹر واصف علی واصف فرماتے ہیں، "صاحب خیال کی تخلیقات قطروں کی مانند ہیں......مصنف اپنے مضامین کو اپنی تخلیق سمجھتا ہے وہ سمجھتا ہے کہ وہ خود ہی اپنی تصنیف کا خالق ہے......دراصل خیال کا خالق وہی ہے جو انسان کا خالق ہے......" یہ حقیقت ہے کہ خیال یا کوئی بھی تخلیق عطیہ خداوندی ہے جو کسی بھی وقت کسی بھی قلم سے ادا ہو سکتا ہے...... ہاں یہ جوہر ہر ایک کے نصیب میں نہیں اور جنہیں نصیب ہے انہیں اپنے اندر چھپی قدرت کی طرف سے ودیعت ان صلاحیتوں کو بروئے کار لانا اور تراشنا ضروری ہے......

......آخر میں بزبان اقبال بس اتنا کہوں گی......................

اپنی دنیا آپ پیدا کر اگر زندوں میں ہے،

سر آدم ہے ضمیر کن فکاں ہے زندگی۔

خوش رہیئے اور دوسروں میں بھی خوشیاں بانٹتے رہیئے۔

دعا گو۔ علینہ ملک۔۔۔۔۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

ایڈیٹر: عدیلہ سلیم ، علینہ ملک، کہکشاں صابر

میگزین کور ڈیزائنر: کہکشاں صابر

میگزین ڈیزائنر : عدیلہ سلیم

کمپوزر: علینہ ملک

انچارج :۔۔۔۔علینہ ملک_ گھر کی سجاوٹ اور آرٹ کی دنیا

کہکشاں صابر_ صحت سے متعلق مفید معلومات

عدیلہ سلیم_ سات رنگوں کی دنیا

ثمرین یعقوب_ دینی اور اصلاحی مضامین

ریما نور رضوان_ افسانہ اور آپ کے پیغامات

کنول خان_ رنگ بہاراں

اقراء عابد_ کوکنگ کارنر

میگزین ای میل ایڈریس: saatrang.magzine@gmail.com

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام

فہرست۔

اداریہ۔

2- علینہ ملک۔

مضامین۔کالم۔

6-صدقہ۔۔۔ثمرین یعقوب
9-تزکیہ نفس۔۔۔نعیم سجاد
10-رنگ باتیں کرتے ہیں۔۔۔علینہ ملک
14-ہم سو لفظی کہانی کیوں نہیں لکھتے۔۔۔ابن ریاض
17-ہارٹ اٹیک۔۔۔عدیلہ سلیم
19-ج سے جاپانی پھل۔۔۔کہکشاں صابر
25-سکریب گھر میں بنائیں۔۔۔افشاں شاہد
29-میں ٹینشن میں ہوں۔۔۔فاطمہ عبدالخالق

افسانے۔

21-تیری بیٹی۔۔۔سحرش رانی
34-خوابوں کا اثر۔۔۔ثناء واجد
37-بچپن کی مانگ۔۔۔کوثر جہاں
40-ہم۔۔۔محمود ظفر اقبال ہاشمی
48-روتی خوشی۔۔۔حفصہ فیصل
49-محبت اوس کی صورت۔۔۔نوریہ مدثر
52-حقارت۔۔۔آسیہ شاہین

رنگ بہاراں۔

31-غزل۔۔۔ناہید اختر بلوچ
31-غزل۔۔۔عریشہ سہیل
31-غزل۔۔۔مون کنول
31-غزل۔۔۔نائمہ غزل
32-نظم۔۔۔ناہید اختر بلوچ
32-نظم۔۔۔انیلا مرتضیٰ
32-نظم۔۔۔فاطمہ عبدالخالق
33-نظم۔۔۔سپاس گل
33-نظم۔۔۔پروفیسر کاشف شہزاد

English poetry

Fatima Ahmad-44
Umm e shafia -45-47

کچن کارنر۔

28- اقراء عابد

ایک پیغام۔

53-ریما نور رضوان

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام

منقبت۔

میں تو پنجتن کا غلام ہوں
میں غلام ابن غلام ہوں
مجھے عشق ہے تو خدا سے
مجھے عشق ہے تو رسول سے
یہ کرم ہے سارا بتول کا
مرے منہ سے آئے مہک سدا
جو میں نام لوں ترا جھوم کے
میں تو پنجتن کا غلام ہوں
کیا بات ہے رضا اس چمنستان کرم کی
زہرا ہے کلی جس میں حسین اور حسن پھول
مجھے عشق سرو سمن سے ہے
مجھے عشق سارے چمن سے ہے
مجھے عشق ان کے وطن سے ہے
مجھے عشق ان کی گلی سے ہے
مجھے عشق ہے تو علی سے ہے
مجھے عشق ہے تو حسین سے ہے
مجھے عشق شاہ زمن سے ہے
میں تو پنجتن کا غلام ہوں

مجھ پہ کتنا ناز کرم ہو گیا
دنیا کہنے لگی پنجتن کا گدا
اس گھرانے کا جب سے میں نوکر ہوا
سب سے اچھی میری نوکری ہو گئی
میں تو پنجتن کا غلام ہوں
ہوا کیسے وہ سر سے تن جدا
جہاں عشق ہو وہیں کربلا
مری بات انہی کی بات ہے
مرے سامنے وہی ذات ہے
وہی جن کو شیر خدا کہیں
جنہیں باب صلے علا کہیں
وہی جن کو آل نبی کہیں
وہی جن کو ذات علی کہیں
وہی پختہ میں تو خام ہوں
میں تو پنجتن کا غلام ہوں
میرے شعر کیا میرا ذکر کیا
میری بات کیا میری فکر کیا
میرے شعر ان کے ادب سے ہیں

میرا ذکر ان کے طفیل سے
کہاں مجھ میں اتنی سکت بھلا
کہ ہو منقبت کا بھی حق ادا
ہوا کیسے وہ سر سے تن جدا
جہاں عشق ہو وہیں کربلا
مری بات انہی کی بات ہے
مرے سامنے وہی ذات ہے
وہی جن کو شیر خدا کہیں
جنہیں باب صل علا کہیں
وہی جن کو آل نبی کہیں
وہی جن کو ذات علی کہیں
وہی پختہ میں تو خام ہوں
میں تو پنجتن کا غلام ہوں
اللھم صلی علیٰ سیدنا محمد وعلیٰ آلہٖ واصحابہ محمد وسلم علیہ۔
سبحان اللہ---------------

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

صدقہ

ثمرین یعقوب۔خوشاب۔

ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا" جو کوئی ایک کھجور کے برابر بھی حلال کمائی سے صدقہ کرے،اور اللہ تعالی حلال کمائی سے ہی صدقہ قبول کرتا ہے۔(حلال کمائی سے کیا گیا صدقہ) اللہ تعالی دائیں ہاتھ میں لیتا ہے پھر اس کے مالک کے لئے اسے پالتا (بڑھاتا) رہتا ہے،جس طرح کوئی تم میں سے اپنا بچھڑا پالتا ہے یہاں تک کہ وہ (صدقہ) پہاڑ کے برابر ہو جاتا ہے" (رواہ بخاری)

ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے روایت کرتے ہیں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا" ایک شخص جنگل میں کھڑا تھا اس نے بادل سے آواز سنی (کسی نے آواز دی) کہ فلاں آدمی کے باغ کو پانی پلاؤ چنانچہ بادل ایک طرف چلا اور اپنا پانی ایک سنگلاخ زمین پر انڈیل دیا اچانک نالیوں میں سے ایک نالے نے سارا پانی جمع کر لیا وہ آدمی پانی کے پیچھے چلا۔دیکھا کہ ایک شخص اپنے باغ میں کھڑا ہے اور اپنے بیلچے سے پانی ادھر ادھر تقسیم کر رہا ہے۔اس آدمی نے کہا" اللہ کے بندے تمہارا کیا نام ہے؟" اس نے کہا" فلاں" وہی نام جو اس نے بادل سے سنا تھا۔پھر اس نے دریافت کیا کہ" اے اللہ کے بندے! تو میرا نام کیوں پوچھتا ہے؟" اس نے کہا" کہ میں نے اس بادل سے،جس کا یہ پانی ہے آواز سنی تھی کہ فلاں کے باغ کو پانی پلا اور تیرا نام لیا (میں جاننا چاہتا ہوں) تو اپنے باغ میں کیا کرتا ہے؟" اس نے کہا" جب تو نے پوچھا ہے تو میں بتا دیتا ہوں، کہ جو کچھ میرے باغ میں پیدا ہوتا ہے،اس کا تہائی حصہ صدقہ کر دیتا ہوں اور ایک تہائی سے میں اور میرا عیال کھاتا ہے اور ایک تہائی اس باغ میں لگا دیتا ہوں۔(رواہ مسلم)

معمولی چیز کا صدقہ بھی آگ سے بچا سکتا ہے

عدی بن حاتم رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے ہوئے سنا" جہنم کی آگ سے بچو خواہ کھجور کا ایک ٹکڑا ہی دے کر بچو (بخاری) صدقہ گناہوں کو بجھا دیتا ہے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا صدقہ گناہ کو بجھا دیتا ہے جیسے پانی آگ کو بجھا دیتا ہے۔(ترمذی) افضل ترین صدقہ پانی پلانا ہے۔

سعد بن عبادہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے۔انہوں نے کہا" اے اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم! سعد کی ماں فوت ہو گئی پس کون سا صدقہ افضل ہے؟" آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا" پانی پلانا" انہوں نے ایک کنواں کھدوا اور کہا کہ" یہ سعد کی ماں کے (ثواب کے) لئے ہے" (رواہ ابو داؤد) صدقہ دینے سے مال کم نہیں ہوتا۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

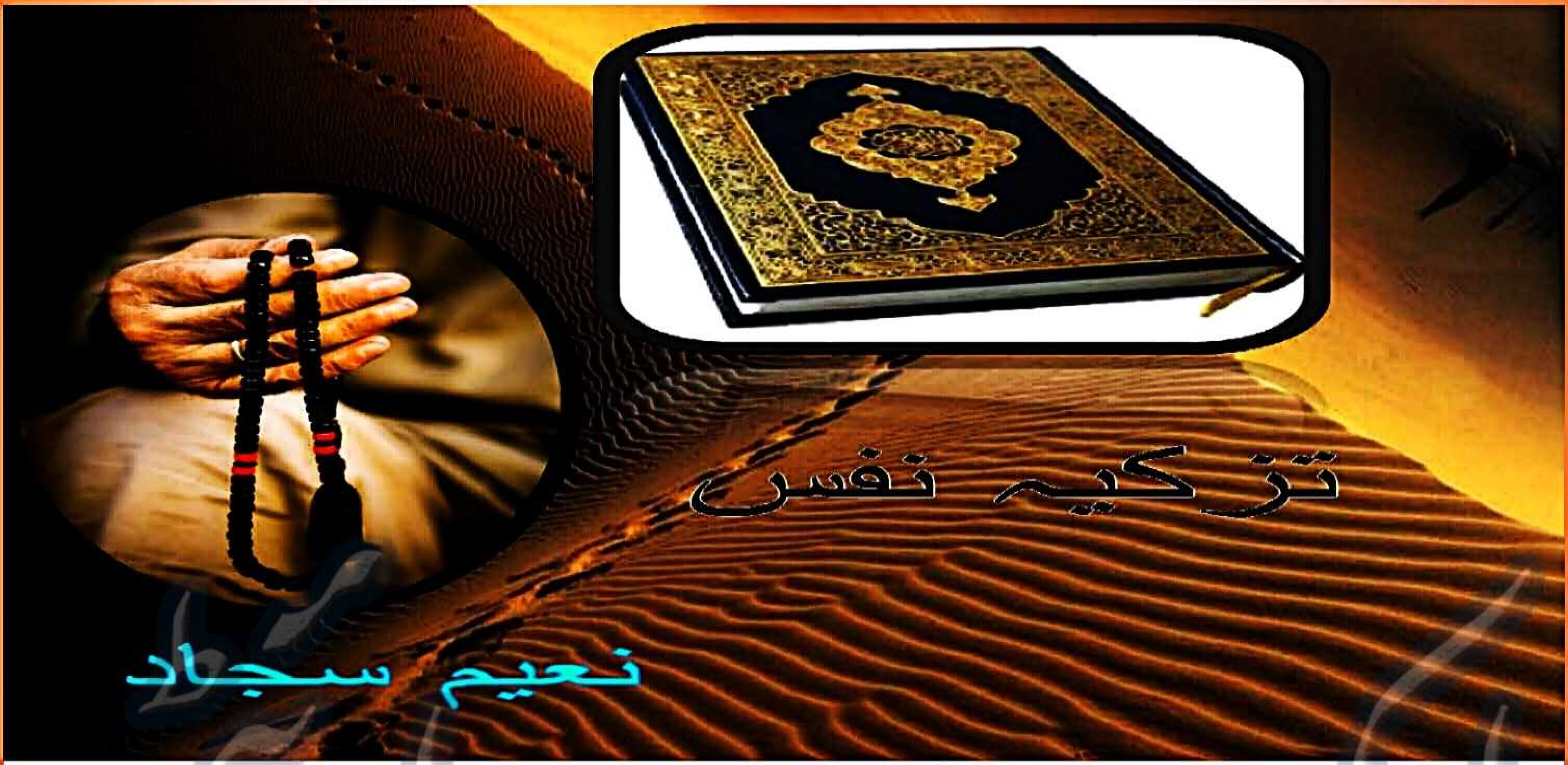
ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "صدقہ دینے سے مال کم نہیں ہوتا معاف کرنے سے اللہ عزت بڑھاتا ہے اور عاجزی اختیار کرنے پر اللہ مرتبہ عطا فرماتا ہے" (رواہ مسلم) ہر نیکی کا کام صدقہ ہے حذیفہ رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ تمہارے نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے "ہر نیکی کا کام صدقہ ہے" (رواہ مسلم)۔صدقہ دے کر واپس لینا جائز نہیں اور خریدنا نامناسب ہے عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ میں نے ایک گھوڑا سواری کے لئے اللہ کی راہ میں دیا۔جس کو دیا تھا اس نے اسے ضائع کردیا (اور اس کی) پوری خدمت نہ کی (تو میں نے اس کو خریدنا چاہا اور خیال کیا کہ وہ سستا بیچ دے گا۔میں نے رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے پوچھا آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "اسے مت خریدو اور اپنے صدقہ کو واپس نہ لو،خواہ وہ تم کو ایک درہم میں دے، کیوں کہ صدقہ دے کر واپس لینے والا ایسا ہے،جیسا قے کر کے چاٹنے والا" (رواہ بخاری) میت کی طرف سے صدقہ کرنا جائز ہے عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ ایک آدمی نے کہا "اے اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم! میری والدہ فوت ہوگئی ہے اگر میں اس کی طرف سے صدقہ کروں تو کیا اسے فائدہ ہوگا؟" آپ نے فرمایا "ہاں" اس نے کہا "میرا ایک باغ ہے میں آپ کو گواہ کرتا ہوں کہ میں نے اس کی طرف سے صدقہ کردیا (ترمذی) احسان جتلانے سے صدقہ کا ثواب ضائع ہو جاتا ہے۔ابوذر رضی اللہ عنہ کہتے ہیں نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "قیامت کے دن اللہ تعالی تین آدمیوں سے نہ کلام کرے گا نہ ان کی طرف دیکھے گا نہ ان کو پاک کرے گا اور ان کے لئے دردناک عذ نہ ان کو پاک کرے گا اور ان کے لئے دردناک عذاب ہوگا {1} دے کر احسان جتانے والا {2} تہ بند لٹکانے والا {3} اور جھوٹی قسم سے اپنا سودا بیچنے والا" (رواہ نسائی) غلطی سے زکوٰۃ صدقہ غیر مستحق یا فاسق آدمی کو دے دیا جائے تب بھی اس کا پورا ثواب مل جاتا ہے۔ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "ایک آدمی نے کہا" میں آج کی رات صدقہ دوں گا۔" وہ اپنا صدقہ لے کر نکلا اور ایک زانیہ عورت کے ہاتھ میں دے دیا۔صبح کو لوگ چرچا کرنے لگے کہ رات ایک زانیہ کو صدقہ دیا گیا ہے۔اس نے کہا "اے اللہ! تعریف تیرے ہی لئے ہے میرا صدقہ زانیہ کو مل گیا۔اس نے کہا" کہ میں آج رات پھر صدقہ کروں گا۔" وہ صدقہ لے کر نکلا اور ایک مال دار کو دے دیا۔لوگوں نے باتیں کیں کہ آج کوئی مال دار کو صدقہ دے گیا۔اس نے کہا" اے اللہ! تعریف تیرے ہی لئے ہے میرا صدقہ مال دار کے ہاتھ لگ گیا ہے، میں آج پھر صدقہ دوں گا۔" وہ صدقہ لے کر نکلا اور ایک چور کے ہاتھ میں دے دیا۔صبح لوگوں نے کہنا شروع کردیا "رات کسی نے چور کے ہاتھ میں صدقہ دے دیا۔" اس نے کہا کہ "اے اللہ! تعریف تیرے ہی لئے ہے۔میرا صدقہ زانیہ، غنی اور چور کے ہاتھ لگ گیا۔" پس اسے (خواب میں) کہا گیا" تیرے سب صدقے قبول ہو گئے، زانیہ کو اس لئے کہ شاید وہ زنا سے بچ جائے، غنی کو اس لئے کہ شاید اسے شرم آئے اور عبرت ہو اور چور کو اس لئے کہ شاید وہ چوری سے باز آجائے" (رواہ

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

مسلم)۔اپنے اہل وعیال پرثواب کی نیت سے خرچ کرنا بھی صدقہ ہے۔ابومسعود بدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا جو اپنے اہل وعیال پرثواب کی نیت سے خرچ کرتا ہے تو وہ اسی کے لئے صدقہ ہوگا۔

(رواہ مسلم) انسان کے ہر جوڑ پر صدقہ واجب ہے ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہر دن جس میں سورج طلوع ہوتا ہے انسان کے ہر جوڑ پر صدقہ واجب ہے لوگوں کے درمیان انصاف کرے یہ بھی صدقہ ہے۔(رواہ بخاری)

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY



تحریر: نعیم سجاد اسلام آباد

۱۔

(تزکیہ نفس)

بات کریں سیاست کی یا قوانین کی، مسائل کی یا مصائب کی، صرف سوچنے تک ہی محدود ہے۔ عمل درآمد تو دور کی بات ہے ہم اپنے گرد خود ہی فصیلیں قائم کر دیتے ہیں کہ یہ ہم کو تمام مسائل سے دور رکھیں گی یہ پتا نہیں ہوتا کہ ان ہی میں دم گھٹ کر رہ جائے گا۔ اصل موضوع بھی یہی کہ ہم جو سوچتے ہیں وہ کرتے نہیں اور جو کرتے ہیں اسکو سوچا نہیں ہوتا تو وجہ کیا ہے۔ بلا مبالغہ ہم یہ کہہ دیتے ہیں کہ اللہ کا حکم ہی اس طرح تھا ہمارا تو کوئی فعل نہیں۔ دوسروں سے ان گنت توقعات وابستہ کرتے ہیں اپنا محاسبہ کرنا دشوار گزار کام ہے دراصل ہم ایمان کے کمزور ترین درجہ پر ہیں کہ غلط کام ہمارے سامنے ہو رہا ہو تو نین

۲۔

چہ ایسا کوئی مشکل کام نہیں لگتی۔ مسائل پر بات کرنے کا کہا جائے تو پہروں چھیڑے بیٹھے رہیں گے جب کبھی پوچھا جائے محترم و عزیزم اس سلسلے میں آپ کی کارِ خیر کیا ہیں تو چپ سادھ لی جاتی ہے یہی چیزیں تو ہمارے مسائل کو بڑھاتی ہیں کہ بحث کرنا عام ہے اگر یہی وقتِ مقدس کسی مسئلے کو حل کرنے میں لگا دیا جائے تو کیا ہی بات ہے کسی سے یہ سوال پوچھا جائے کہ آپ نے اس سلسلے میں کیا پیش رفت دکھائی تو کہا جائے گا" ارے میاں! ہمارے اختیار میں کیا ہم تو ادنیٰ ہیں؛ اور دستبردار ہو جاتے ہیں۔ یہی بات تو ہمارے ذہن میں گھر نہیں کرتی کہ اگر ایک چیونٹی ہاتھی نما دیو ہیکل جانور کو پچھاڑ سکتی ہے تو ہم تو اشرف المخلوقات ہیں کچھ تو کرنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ بات ہے عمل کی، اپنے محاسبہ کی، دوسروں کی لاکھ برائیاں

۳۔

ڈھونڈنا تو کارِ خیر ہے اپنی ایک برائی دور کرنا پہاڑ ہے اصل بات تو یہ ہے کہ

سب انسان مردہ ہیں زندہ وہ ہیں جو علم والے ہیں، سب علم والے سوئے پڑے ہیں بیدار وہ ہیں جو عمل والے ہیں، سب عمل والے نقصان میں ہیں فائدے میں وہ ہیں جو اخلاص والے ہیں، تمام اخلاص والے خطرے میں ہیں کامران وہ ہیں جو تکبر سے پاک ہیں (قول)۔

اللہ ہم کو اپنے مسائل کو صحیح سمجھتے اپنا محاسبہ کرنے مسائل کو حل کرنے، اور دوسروں سے توقعات نہ لگانے کی توفیق عطا فرمائے کیونکہ زیادہ تر دوسروں سے توقعات وابستہ کرنے والے ہی دھوکہ کھا جاتے ہیں۔

(تمت بالخیر)

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

رنگ باتیں کرتے ہیں۔

علینہ ملک۔کراچی۔

رنگ باتیں کریں اور باتوں سے خوشبو آئے۔۔

رنگ اس کائنات کی سب سے بڑی سچائی ہیں۔انسانی زندگی میں سے اگر رنگوں کو نکال دیا جائے تو کچھ بھی باقی نہیں بچتا،رنگوں کے بغیر یہ کائنات بے رنگ بور اور یکسانیت کا شکار ہو جاتی،رنگ قدرت کی بخشی ہوئی اتنی بڑی نعمت ہیں کہ جس کا ہمیں ادراک ہی نہیں۔رنگ تخیل بھی ہیں اور رنگ حقیقت بھی۔رنگ آنکھ کی پہچان ہیں۔یہ حقیقت ہے کہ یہ دنیا یہ کائنات کسی آرٹسٹ کے کینوس پر پھیلے ہوئے رنگوں کی طرح ہے جو رنگین بھی ہے اور دلکش بھی اور بہت سحر انگیز بھی جو دیکھنے والوں اور عشق کی آنکھ سے دیکھنے والوں کو ورطہ حیرت میں ڈال دیتی ہے۔کہتے ہیں رنگ باتیں کرتے ہیں تو یہ کوئی تصوراتی بات بھی نہیں ہے رنگوں میں بھی ایک قسم کی قوت گویائی پائی جاتی ہیں جو رنگوں سے عشق کرنے والوں کی سمجھ میں تو با آسانی آجاتی ہے مگر عام لوگ بھی جو رنگوں سے کھیلنے اور انہیں کینوس پر بکھیر کر اپنے جذبات کا اظہار کرنے کا ہنر نہیں جانتے وہ بھی رنگوں کی پہچان اور زندگی میں ان کی اہمیت سے انکار نہیں کرتے۔رنگ سفید ہو،سیاہ ہو یا سرخ وسبز دراصل اپنی بے زبانی میں بھی کسی نا کسی بات کا اظہار کر رہے ہوتے ہیں۔دھنک کے سات رنگوں کا جادو سر چڑھ کر بولتا ہے۔یہی وجہ ہے کہ ہر انسان کی رنگوں کے معاملے میں پسند ناپسند مختلف ہوتی ہے۔رنگ جذبات،احساسات اور زندگی کی ہر کیفیت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔کسی پھل کا رنگ دیکھ کر آپ یہ جان سکتے ہیں کہ پھل پک چکا ہے یا ابھی کچا ہے اسی طرح آسمان کا رنگ دیکھ کر آپ جان لیتے ہیں کہ آج بارش ہونے والی ہے یا آج موسم سرد ہوگا۔یہ سب کچھ رنگ کی وجہ سے ممکن ہوتا ہے اگر آپ غور کریں تو اس بات میں بڑی حقیقت ہے۔ماہرین کا خیال ہے کہ ہر شخص پر کسی نا کسی رنگ کا اثر ضرور ہوتا ہے اور اکثر لوگ اپنے اوپر اثر انداز ہونے والے رنگ کو زیادہ پسند کرتے ہیں۔زندگی میں رنگوں کی اہمیت اور ان کے اثرات کو جانیے ہوسکتا ہے کہ بہت کچھ آپ کی نظروں سے بھی اوجھل ہو۔

پیلا رنگ۔

پیلا رنگ ہنر مند اور ذہین لوگوں کا ہے یہ لوگ تخلیق کار ہوتے ہیں،اور بہت باتونی بھی۔ہلکا پیلا رنگ محتاط طبعیت کا آئینہ دار ہوتا ہے۔گہرا پیلا یا زرد رنگ خود اعتمادی کے حامل افراد کا پسندیدہ ہوتا ہے۔یہ رنگ فلسفیانہ اور اعلیٰ سطح کی سوچ کی علامت ہے،زرد رنگ پسند کرنے والے لوگ مہم جو طبعیت کے مالک ہوتے ہیں۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

پاک سوسائٹی خاص کیوں ہیں:-

- ہائی کوالٹی پی ڈی ایف
- ایڈ فری لنکس
- ایک کلک سے ڈاؤنلوڈ
- ڈاؤنلوڈ اور آن لائن ریڈنگ کا ایک پیج پر
- کتاب کی مُختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ناولز اور عمران سیریز کی مُکمل رینج

Click on http://paksociety.com to Visit Us

پاک سوسائٹی کو فیس بُک پر جوائن کریں http://fb.com/paksociety

پاک سوسائٹی کو ٹوئٹر پر جوائن کریں http://twitter.com/paksociety1

پاک سوسائٹی کو گُوگل پلس پر جوائن کریں https://plus.google.com/112999726194960503629

ہمیں وزٹ کرنے کے لئے ہماراویب ایڈریس براوزر میں لکھیں یا گُوگل میں پاک سوسائٹی تلاش کریں۔

اپنے دوست احباب اور فیملی کو ہماری ویب سائیٹ کا بتا کر پاکستان کی آن لائن لائبریری کا ممبر بنائیں۔

اِس خوبصورت ویب سائٹ کو چلانے کے لئے ہر ماہ کثیر سرمایہ درکار ہوتا ہے، اگر آپ مالی مدد کرنا چاہتے ہیں تو ہم سے فیس بُک پر رابطہ کریں۔۔۔

ہمیں فیس بک پر لائک کریں اور ہر کتاب اپنی وال پر دیکھنے کے لئے امیج پر دی گئی ہدایات پر عمل کریں:-

http://paksociety.com

WWW.PAKSOCIETY.COM

سرخ رنگ۔

اس رنگ کو پسند کرنے والے کئی خصوصیات کے حامل ہوتے ہیں ان میں ذہانت ،قوت برداشت اور امنگ کوٹ کوٹ کر بھری ہوتی ہے۔وہ مضبوط قوت ارادی رکھتے ہیں،زندگی کی رونقوں سے لطف اٹھاتے ہیں،تصویر کے روشن پہلو پر نظر رکھتے ہیں ،ایسے لوگوں کو صحیح رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔

گلابی رنگ۔

یہ رنگ پر خلوص لوگوں کی علامت ہے یہ دوسروں کے ہر طرح سے مددگار ہوتے ہیں،حاسد اور رشک کرنے والے نہیں ہوتے ،ان کے جذبات جلد ہی مجروح ہو جاتے ہیں اور یہ جلد دکھی ہو جاتے ہیں،حساس طبعیت کے مالک ہوتے ہیں اس رنگ کے پسند کرنے والے دوسروں سے ذرا مختلف سوچتے ہیں،زمانہ ان کو تنگ کرتا ہے مگر یہ ان مراحل سے باآسانی نکل جاتے ہیں۔

سفید رنگ۔

یہ رنگ پاکیزگی اور خاموشی کی علامت ہے،یہ غیر جانبداری کے قائل لوگوں کا رنگ ہے،یہ لوگ قناعت پسند ہوتے ہیں ۔دوسروں کو اچھی طرح سمجھتے ہیں اور انصاف پسند اور پر خلوص ہوتے ہیں۔ایسے لوگ دوسروں پر نکتہ چینی اور تنقید نہیں کرتے۔

خاکی رنگ۔

غیر یقینی مزاجی کا رنگ ہے ایسے لوگ جو یہ رنگ پسند کرتے ہیں وہ خود کو دوسروں سے کم تر تصور کرتے ہیں اور عام طور پر خوفزدہ رہتے ہیں۔

کالا رنگ۔

کالا رنگ آپ کو دنیا کے ہر کونے میں نظر آئے گا اسے ایک پر اسرار مگر باوقار اور متاثر کن رنگ مانا جاتا ہے اور لوگوں کے خیال میں یہ تمام رنگوں پہ بھاری ہوتا ہے۔جس میں کسی قسم کی نمائش نہیں ہوتی۔اس رنگ کو پسند کرنے والے عموما خاموش طبع واقع ہوتے ہیں،یہ دوسروں کے مزاج سے جلد واقف ہو جاتے ہیں،پر تکلف ہوتے ہیں،روایت پرست ہوتے ہیں۔یہ لوگ مغرور نہیں ہوتے مگر اپنے آپ میں گم رہتے ہیں،اپنی عزت کرواتے ہیں اور فطری رجحانات کو پرکھنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔

جامنی رنگ۔

جامنی رنگ ایک ثانوی رنگ ہے جو سرخ اور نیلے رنگ کے امتزاج سے وجود میں آتا ہے۔یہ انسان کو پرسکون رکھنے کے

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

ساتھ ساتھ جوش بڑھانے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے۔اسے شاہی رنگ بھی کہا جاتا ہے۔اس رنگ کو پسند کرنے والوں میں متانت، سنجیدگی اور نمود و نمائش جیسی خصوصیات موجود ہوتی ہیں۔

نارنجی رنگ۔

پیلے اور سرخ رنگ کے امتزاج سے بننے والا یہ رنگ ہر کسی کی توجہ پر اثر انداز ہوتا ہے۔یہ رنگ انسان کی بھوک اور تخلیق میں بھی پایا جاتا ہے۔کیونکہ یہ رنگ انسان میں جوش و خروش کو بڑھاتا ہے۔اور انسانی جذبات کو پوری طرح ابھارنے میں مدد دیتا ہے۔زمانہ قدیم میں یہ رنگ مختلف امراض کے علاج اور توانائی کی سطح کو بڑھانے میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

سبز رنگ۔

سبز رنگ فطرت میں پایا جانے والا سب سے عام رنگ ہے۔جو ہر جگہ دکھائی دیتا ہے۔یہ فطرت اور ماحول کی نمائندگی کرتا ہے۔اس رنگ کو دیکھنا آنکھوں اور دل کے لئے مفید ثابت ہوتا ہے۔

نیلا رنگ۔

سمندر اور آسمان پر چھایا یہ رنگ فطرت کا رنگ ہے۔متعدد چیزوں میں اسے دیکھنے سے امن و سکون کا احساس ہوتا ہے۔صدیوں سے یہ رنگ راحت، سرد اور اداسی وغیرہ کی نمائندگی کرتا ہے۔اس رنگ کی چیزیں دیکھنے سے ذہنی تناؤ سمیت بلڈ پریشر اور دل کی دھڑکن کی بڑھی ہوئی رفتار کو کم کرنے میں مدد ملتی ہے جس سے آرام و سکون کا احساس ہوتا ہے۔یہ آنکھوں کو ٹھنڈک پہنچاتا ہے۔اور انسانی جذبات و احساسات کو پرسکون رکھنے میں مدد کرتا ہے۔اس رنگ کو پسند کرنے والے شخصیت کے اعتبار سے امید پرستی میں گھرے رہتے ہیں اور دوسروں پر اعتماد کرتے ہیں۔

سنہرا رنگ۔

یہ رنگ قدرت اور انسان کا بنایا ہوا ہے، جو آنکھوں کو چندھیا دیتا ہے۔ہزاروں برس سے اس کی چمک دمک انسانی تصورات کو اپنی گرفت میں لئے ہوئے ہے بلکہ اس کے حصول کے لئے ہی انسانی تاریخ بھری پڑی ہے۔یہ رنگ پسند کرنے والے خود غرض طبعیت کے مالک ہوتے ہیں اور سب کچھ صرف اپنے لئے ہی چاہتے ہیں۔

چاندی، سلور کلر۔

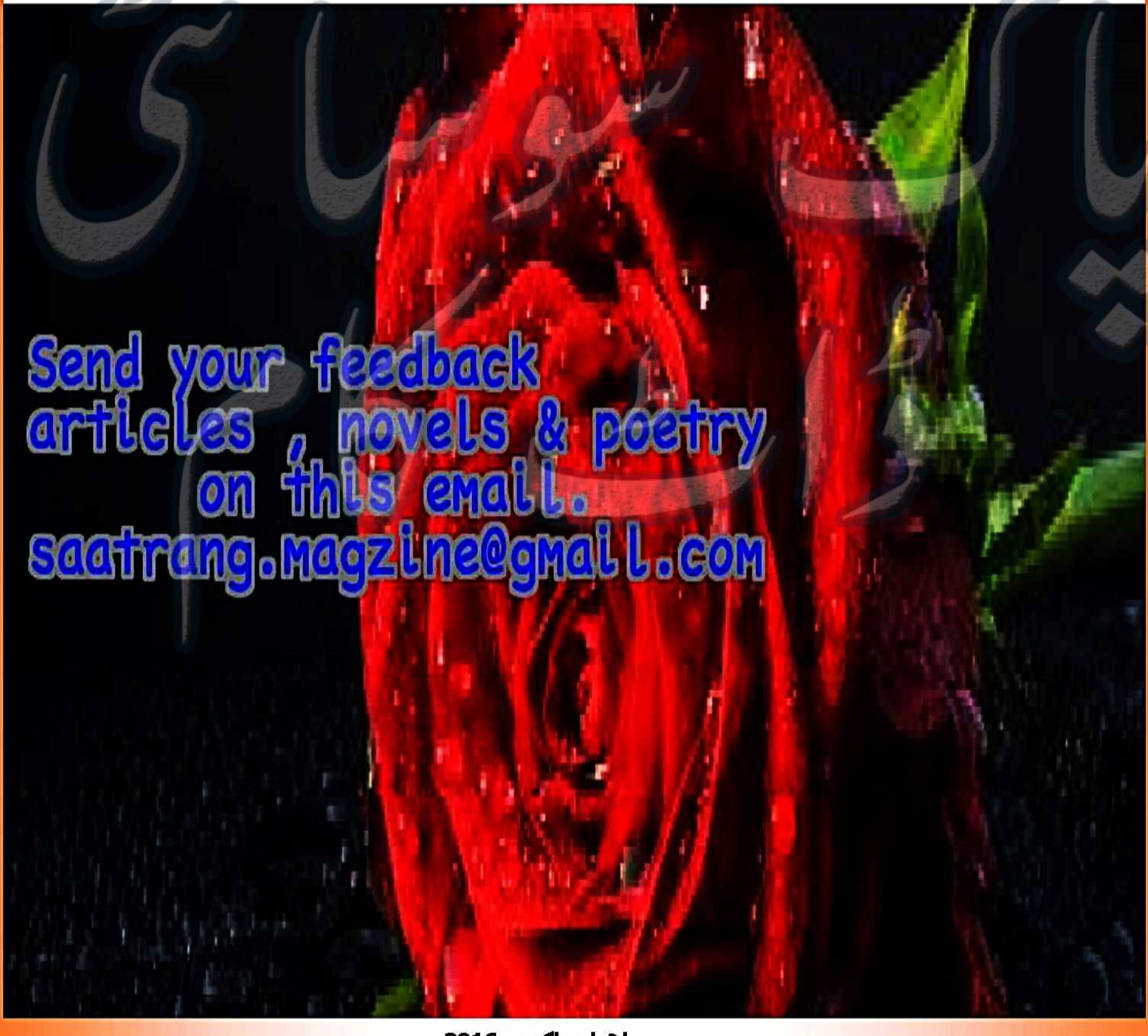
اس رنگ کو بہت کم مقامات پر ہی دریافت کیا جاسکا ہے اس کے لئے یا تو پانی میں غوطہ لگانا پڑتا ہے یا پھر گلیوں میں گھومنا پڑتا ہے۔یہ رومانیت کی علامت ہے، اس رنگ کا لباس پسند کرنے والوں کی طبعیت رومان پرور ہوتی ہے۔اس رنگ کو پسند کرنے والے افراد بہت محنتی ہوتے ہیں اور ہر کام بہت اچھے طریقے سے کرتے ہیں وہ اپنے ارادے اور مرضی کے مالک

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

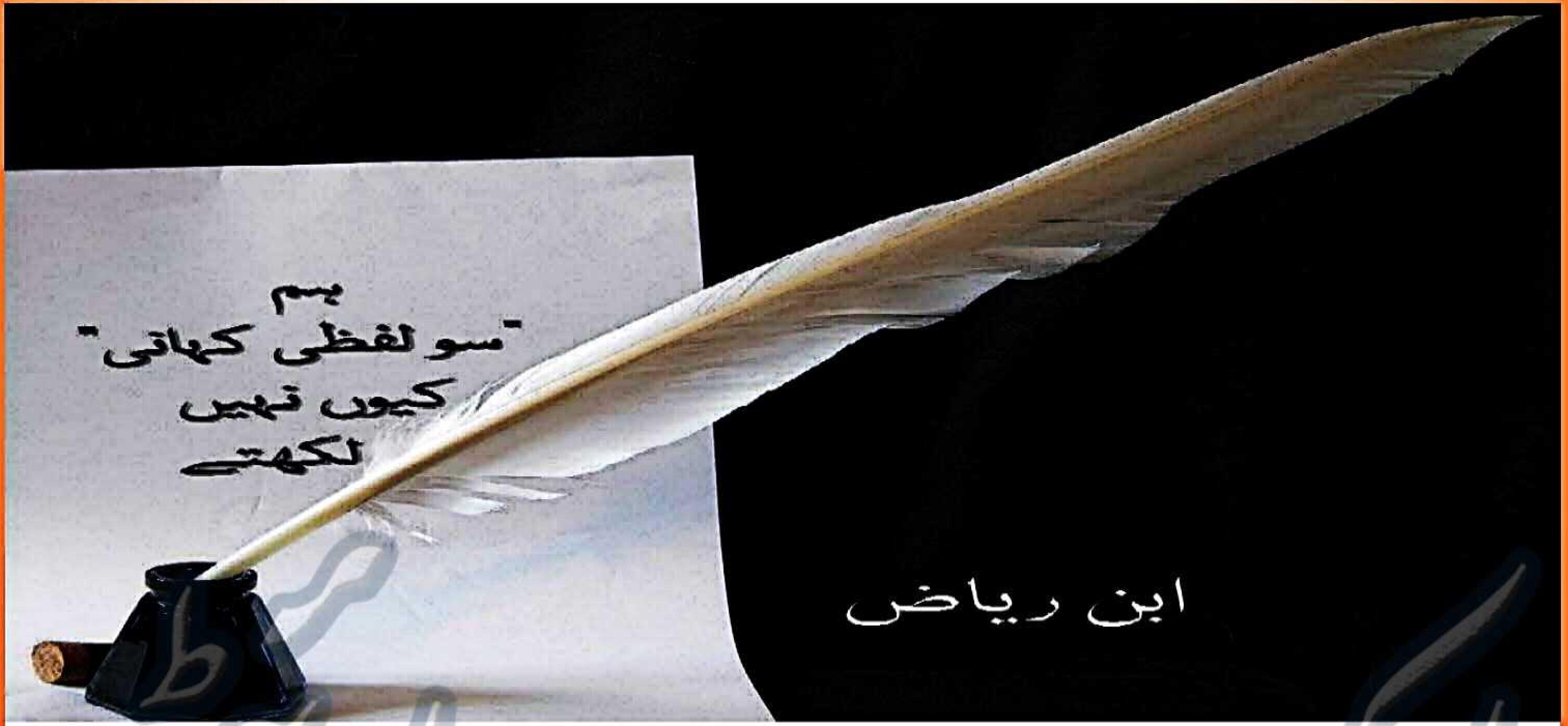
ہوتے ہیں اور اپنی پسند کی زندگی گزارتے ہیں۔

دنیا کے مختلف ممالک میں رنگوں پر کی گئی تحقیق سے یہ بات عیاں ہو چکی ہے کہ رنگ بہت تیزی سے اثر انداز ہونے کی صلاحیت رکھتے ہیں جو انسان کے مزاج پر منفی اور مثبت دونوں طرح کے اثرات چھوڑتے ہیں، رنگوں کی اس اہمیت کے پیش نظر ہی ہسپتالوں میں عموماً سفید رنگ کیا جاتا ہے اور پردے لگائے جاتے ہیں تا کہ ماحول میں روشنی اور ٹھنڈک کا احساس رہے اسی طرح فاسٹ فوڈ ریستورانوں میں دیواروں پر چمکیلے مثلاً نارنجی، گلابی اور تیز پیلا رنگ کیا جاتا ہے تا کہ بچے شوخ رنگوں میں رہ کر چستی محسوس کریں، تحقیق سے ثابت ہوا کہ نارنجی رنگ سے کھانے کی خواہش میں کئی گنا اضافہ ہوتا ہے۔ اگر آپ بھی رنگوں کے انتخاب کو سمجھنے لگیں تو اپنی شخصیت کو بدل سکتے ہیں۔



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM



ہم "سو حرفی کہانی" کیوں نہیں لکھتے

تحریر: ابنِ ریاض

علامہ اقبال کا ایک شعر ہے۔۔۔

سکوں محال ہے قدرت کے کارخانے میں،

ثبات اک تغیر کو ہے زمانے میں۔

اس شعر کی حقیقت ہمیں اب سمجھ آتی ہے جب ہم اپنے اردگرد کی تبدیلیوں کو دیکھتے ہیں۔ اب زندگی انتہائی تیز رفتار ہوگئی ہے سو وہ کام جو پہلے دنوں میں ہوتے تھے اب وہ گھنٹوں میں ہونے لگے ہیں اور جو کام گھنٹوں میں ہوتے تھے وہ اب منٹوں میں انجام پاتے ہیں۔ پہلے خطوط اور ٹیلی فون رابطے کا ذریعہ ہوتے تھے۔ ٹیلی فون محلے میں ایک آدھ گھر میں ہوتا تھا۔ تو بات کرنے والے کو پہلے ٹیلی فون کر کے ٹیلی فون کے مالک سے سلام دعا کے بعد عرض کرنی پڑتی تھی کہ فلاں گھر سے فلاں کو بلا لائیں میں دس منٹ بعد یا آدھ گھنٹے بعد پھر کال کرتا ہوں۔ خطوط کا جواب تو دنوں بعد اور اگر پردیس بھیجا ہو تو مہینوں بعد ملتا تھا۔ اس دوران اکثر جس صورتحال میں خط لکھا جاتا تھا وہ مکتوب الیہ تک پہنچتے پہنچتے وہ تبدیل ہو چکی ہوتی تھی۔ پھر عاشق اگر محبوب کو خط لکھتا تو کبھی یوں بھی ہوتا کہ وہ محبوب کی بجائے اس کے والد محترم کھول لیتے اور پھر عاشق صاحب کو باقی زندگی محبوب کے بچوں کے ماموں بن کر گزارنی پڑتی۔ اب صورت حال دیگر ہے۔ ڈاک اور ٹیلی فون قریب قریب متروک ہو چکے ہیں۔ اب ہم ہوے تم ہوئے یا میر ہوئے۔۔۔ سب کے پاس ہی موبائل فون ہے۔ اسی سے کال کریں۔ اسی پر پیغام رسانی کریں اور اگر کوئی لمبی بات کرنی مطلوب ہے تو برقی ڈاک یعنی کہ ای میل کا استعمال کریں۔ بات چند ثانیوں میں مخاطب تک پہنچ جائے گی اور ظالم سماج کو پتہ بھی نہیں چلے گا۔

ایسی ہی کچھ تبدیلی کی لہر ہمارے نصاب میں بھی در آئی ہے۔ ہماری بی ایس سی انجنئرنگ تک کی تمام تعلیم سالانہ نظام تعلیم پر مشتمل تھی۔ نویں اور دسویں کا تو پورا نصاب دو سال تک رٹا تھا اور پھر میٹرک میں بورڈ کے امتحان میں اللہ نے عزت رکھی۔ انٹرمیڈیٹ میں یوں آسانی تھی کہ سال اول اور سال دوم کے الگ الگ بورڈ کے امتحانات تھے تو ہمیں نصاب حفظ کرنے کی مدت محض ایک برس تھی۔ اس کے علاوہ اردو، مطالعہ پاکستان اور اسلامیات میں تو بعض اساتذہ و ممتحن صفحے گن کر نمبر دیتے تھے۔ بات مسلم لیگ کی ہو، قراردادِ مقاصد کی یا پھر 1973ء کے آئین کی ابتدا اس کی ہمیشہ جنگ آزادی 1857ء سے ہوتی تھی بلکہ کبھی کبھار تو محمد بن قاسم کی سندھ آمد سے بھی ابتداء کرنی پڑتی تھی۔ اردو میں کسی بند یا شعر کی تشریح سے پہلے دو

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

صفحے حوالہ متن اور سیاق وسباق کے زمرے میں لکھنے پڑتے تھے اور پھر کہیں تشریح کی باری آتی تھی۔ جب یونورسٹی گئے تو وہاں بھی سالانہ نظام تھا۔ ہر مضمون کے دس بارہ اسباق یاد کرنے ہی پڑتے تھے۔ ہمارے جاتے ہی بورڈ والوں نے تبدیلیاں کر دیں۔ نویں میں بھی بورڈ ہو گیا گویا کہ حافظے کو ایک سال کی چھٹی مل گئی۔ اب اتنے لمبے لمبے جوابوں کا فیشن نہیں۔ نفس سے زائد پرچہ کثیرالانتخابی سوالات پر مشتمل ہوتا ہے۔ مثلاً کس کو ضرورت کے وقت باپ بنایا جا سکتا ہے۔ چچا، اونٹ، گدھا یا ماموں۔ ظاہر ہے کہ گدھے کے علاوہ کوئی جواب قابل قبول نہیں ہوگا۔ ایک درجن میں کتنے انڈے ہوتے ہیں؟ چار، آٹھ، بارہ، سولہ۔ اس کا جواب آپ خود دیجیے۔ معاشرتی علوم میں سوال ہوتے ہیں۔ پاکستان کس نے بنایا تھا؟ نہرو، انگریز، قائداعظم یا بھٹو۔ قائداعظم کے چودہ نکات میں کل کتنے نکات تھے۔ چھ، دس، چودہ یا سولہ۔ اب بورڈ میں بچوں کے نمبر بھی ستانوے اٹھانوے فیصدی آتے ہیں۔ سمجھ نہیں آتی کہ باقی دو ڈھائی فیصد نمبر کس بات کے کاٹے ہیں یا شاید بچوں نے خود ہی نمبروں کی زکوٰۃ دے دی۔ ہمارے دور میں تو کسی کے اسی فیصد نمبر آ جاتے تو اس کی ٹوہر (چال) دیکھنے والی ہوتی تھی۔ جامعات میں بھی نظام تدریس سمسٹر اور ٹرم میں بدل گیا۔ عجیب افراتفری ہے۔ تین ساڑھے تین ماہ میں پورا نصاب ختم کرو۔ سمسٹر کے وسط میں تین چار ابواب کا امتحان ہوتا اور وہ بھول جاؤ۔ پھر سمسٹر کے اختتام پر اختتامی چند ابواب کا امتحان ہوا اور طلباء کا اچھا جی پی اے آیا اور سب خوش۔ یہ بات کوئی نہیں سمجھتا کہ سالانہ نظام میں دہرائی کا زیادہ موقع ملتا تھا تو طلباء کی بنیاد مضبوط ہوتی تھی۔ اب بس بھاگ دوڑ لگی رہتی ہے سمسٹر میں اور بنیاد نام کی چیز پر کوئی دھیان ہوتا ہی نہیں۔

یہی حال ادب کے ساتھ بھی ہوا۔ پہلے ناول افسانے شاعری تھی۔ ہم نے اپنے نصاب میں ن۔ م راشد کا نام اشفاق احمد صاحب کے ایک سفرنامے میں پڑھا تھا تو علم ہوا تھا کہ یہ صاحب آزاد شاعری کرتے ہیں۔ ہماری میڈم نے ہمیں بتایا تھا کہ آزاد شاعری وہ ہوتی ہے کہ جس میں مصرعوں کے وزن کی قید نہ ہو۔ ہمیں آزاد شاعری نے بہت ہی کم اپنی جانب مائل کیا مگر اب تو صورت حال بالکل ہی ابتر ہے ہر کوئی شاعری کر رہا ہے بلکہ کہنا چاہیے کہ شاعری پر جبر کر رہا ہے۔ اب تو شاعری مادر پدر ہی آزاد ہو گئی ہے۔ صنف کوئی بھی ہو کلاسیکی بنیاد کے بغیر وہ پائیدار اثر نہیں رکھے گی بلکہ ایسے ہی جیسے کہ ٹی ٹوئنٹی بظاہر مار دھاڑ والی کرکٹ ہے مگر اس میں کامیاب وہی کھلاڑی ہیں جو ٹیسٹ میں اچھے ہیں مثلاً ڈی ویلیئرز اور کوہلی۔

ایسے ہی اب نثر میں نئی صنف سو حرفی کہانی کی آئی ہے۔ یہ قدرے بہتر ہے۔ اس میں آپ چند حروف میں معاشرتی حقائق بیان کرتے ہیں۔ یہ مقبول بھی ہو رہی ہے کہ لکھنے والا چند الفاظ میں اپنا مافی الضمیر بیان کر دیتا ہے گویا کہ کوزے میں دریا بند کر دیتا ہے جبکہ ایک دو منٹ میں قاری پڑھ بھی لیتا ہے۔ وہی بات جو ناول ایک ہزار صفحوں میں بیان کرتا ہے یہ چند سطروں میں کہہ لی جاتی ہے۔ ہماری رائے میں تو یہ اردو کا مستقبل ہے کہ انٹرنیٹ پر اور فیس بک پر بیٹھے بیٹھے بندہ پڑھ

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

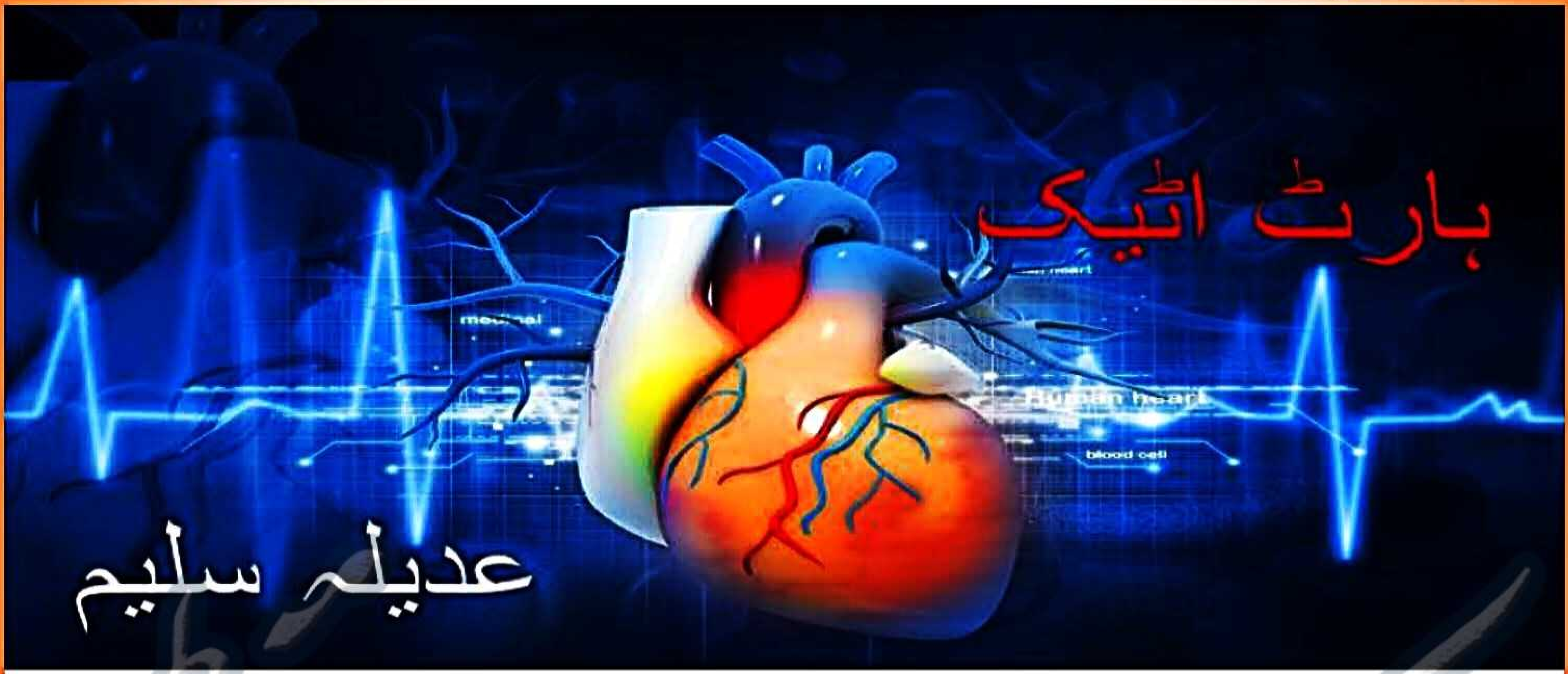
WWW.PAKSOCIETY.COM

لیتا ہے۔تا ہم اس کے نام پر ہمیں تحفظات ہیں کہ کیا یہ کہانی ہوتی ہے؟ ہماری ناقص رائے میں تو اسے 'سو حرفی تحریر' کہنا چاہیے۔اس کے علاوہ اگر الفاظ کم یا بیشتر ہو جائیں تو پھر بھی کیا یہ سو حرفی کہانی ہی رہے گی؟

ہم سے بھی کئی بار یہ مطالبہ کیا گیا کہ آپ بھی سو حرفی کہانی لکھیں۔ ہمارا مسئلہ یہ ہے کہ ہم اتنا کچھ لکھ کے امتحانات دیتے رہے ہیں اور اس پر امتزاد یہ کہ اب وابستہ بھی تدریس سے ہیں۔ جہاں ہمارا ایک لیکچر ڈیڑھ گھنٹے کا ہوتا ہے۔سو بولنا اور لکھنا تو ہمارا کام ہے۔ ہمارے لئے ممکن نہیں کہ لیکچر کو دس پندرہ منٹ میں ختم کر دیں۔ اگر لیکچر کم ہو تو پھر پچھلے اسباق کو بطور سیاق و سباق استعمال کر لیتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ہم نے آج تک سو حرفی کہانی نہیں لکھی کیونکہ مختصر نویسی ہمارے بس کی بات نہیں۔ یہ ایسا ہی ہے کہ جیسے میراتھن ریس کے ماہر سے آپ سو میٹر میں حصہ لینے کو کہیں۔ پھر چونکہ ہمارا شعبہ مزاح ہے تو ہم نے اس پر کسی کی طبع آزمائی اب تک نہیں دیکھی۔ ہم نے اگر اس میں کچھ لکھا تو وہ کہانی کی بجائے لطیفے کے زمرے میں آجائے گا سو ہم اس سے باز ہیں۔

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM



ہارٹ اٹیک۔

عدیلہ سلیم۔بوریوالہ۔

ریسرچ کے مطابق یو-اے-ای میں ہارٹ کی بیماری کی بدولت شرح اموات کی وجہ سے پہلے نمبر پر ہے۔دنیا بھر میں دل کی بیماری عالمی سطح پر اضافہ کے سبب موت کی طرف بڑی خطرناک حد تک بڑھی ہے۔امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن کے مطابق دل کی بیماری اورفالج جیسی بیماریوں کے باعث ایک سال میں 17......3 ملین اموات واقع ہوچکی ہےاور 2030 میں زیادہ سے زیادہ اس کی تعداد 23......6 میلین تک بڑھنے کی امید ظاہر ہوتی ہے۔ان حالات کے پیچھے بہت سے عوامل ہوسکتے ہیں جیسا کہ سٹریس،لائف سٹائل اور لاعملی یہ سب اس بیماری کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ڈاکٹرز نے بتایا کہ دل کے مسائل سے نمٹنے کے طریقے سرجری اور ادویات کے بغیر ممکن نہیں۔روزانہ کی چہل قدمی اور ایک تازہ جوس کا گلاس کوئی علاج نہیں اور نہ ہی مکھن کا متبادل زیتون کا تیل اس کا حل ہے۔جب تک اچھے سے اپنی حفاظت نہیں کرسکتے۔

1: بیماری کے اسباب معلوم کرنا۔

آرٹ آف لیونگ ہارٹ سینٹر کے بانی ڈاکٹر جمال چاہجر کا کہنا ہے کہ لوگوں کو سب سے پہلے یہ سمجھنا چاہیے کہ چکنائی دل کی بیماری کا سبب ہے۔چکنائی کے بڑھنے کے ایک مرحلے کے ساتھ ساتھ بالآخر انجائینا کے ہونے کا خطرہ اور مزید ہارٹ اٹیک کا سبب بنتی ہے۔دل کی صحت پر کئی کتابوں کے مصنف،۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔بھارت،بنگلہ دیش اور نیپال بھر میں 48 شاخوں کے ساتھ جنوبی ایشیا میں روک تھام کا بڑا مسئلہ کارڈیالوجی مراکز میں چل رہا ہے۔

2: موٹاپے سے نجات:

لندن میں موجود میڈیکل سینٹر کے ڈائریکٹر ڈاکٹر عمران علی کا کہنا ہے کہ پچو سیٹڈ ،کاربوہائیڈریٹس،نمک،کافی،الکوحل اور تمباکو نوشی سے بچنا چاہیے جو دل کی بیماری کے ہونے کا سبب بنتی ہے۔سبزیاں،دالیں،پھلیاں،مٹر،گری دار میوے کھائے تاکہ جسم کو پروٹین اور فائبر وافر مقدار میں مہیا ہوسکے۔

3: چہل قدمی۔

ماہر یوگا ڈاکٹر علی کا کہنا ہے کہ روزانہ 45 منٹ چہل قدمی کرئے،تازہ ہوا آپ ناک کے ساتھ آہستہ آہستہ اندر کی جانب کھینچے۔چہل قدمی کے سبب جسم تندرست بھی ہوگا اور لچک بھی آئے گی۔

4: اعداد و شمار سے واقف رہنا۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

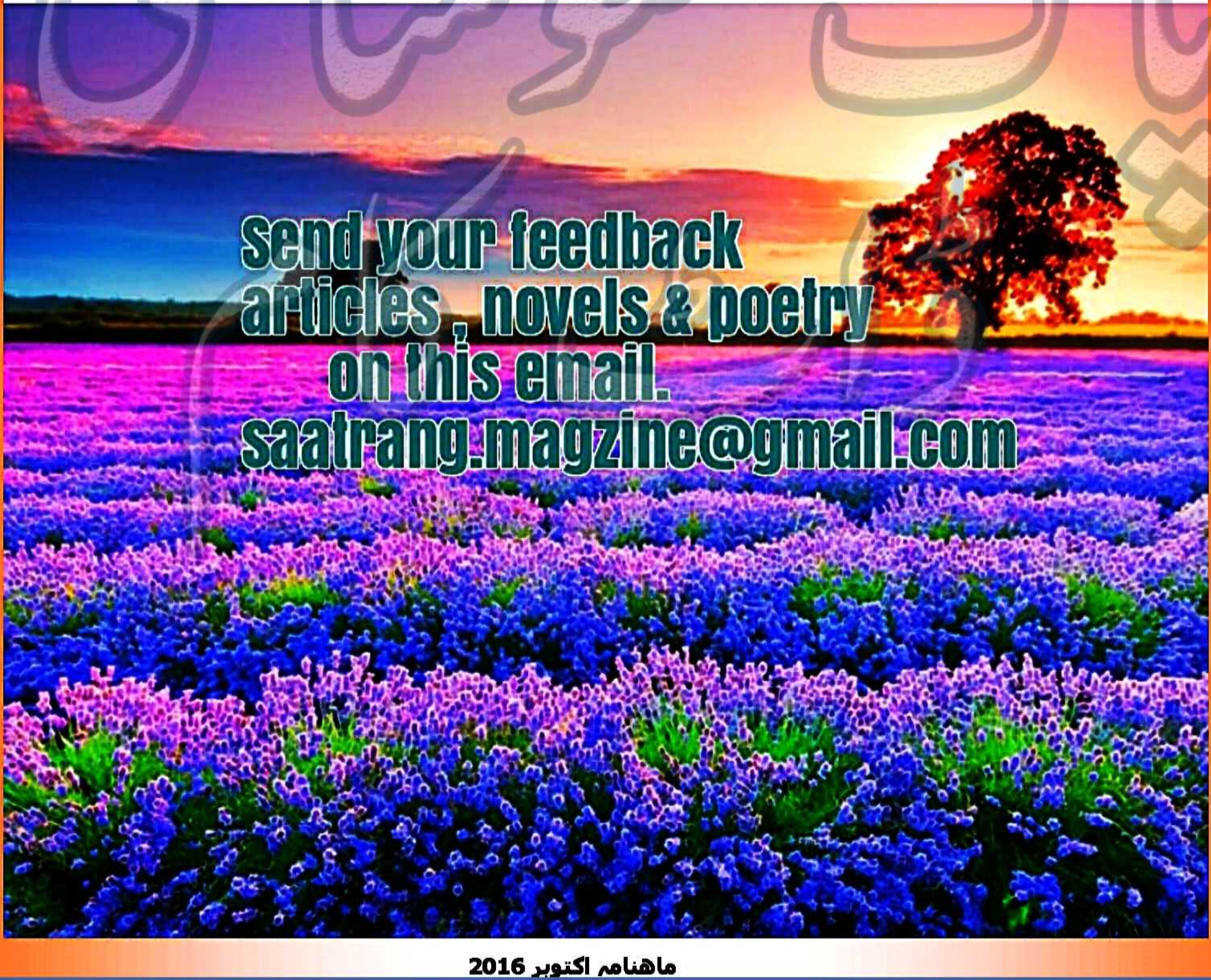
آپ کواپنے موبائل نمبر،کمپیوٹر،کریڈٹ کارڈاور ATM کا پاس ورڈ تو معلوم ہوگا۔لیکن ڈاکٹر علی کا کہنا ہے کہ اگر آپ یہ سب کچھ جانتے ہیں تو آپ کو بلڈ پریشر،بلڈ شوگر اور کولیسٹرول کی سطح بھی معلوم رکھنی چاہیے۔جن کے اعداد و شمار سے آپ بلاشبہ نا واقف رہتے ہیں۔وزن کا زیادہ ہونا اس بات کا اشارہ دیتا ہے کہ آپ دل کی بیماری کا شکار ہوتے ہیں۔باڈی ماس انڈیکس (BMI) معلوم کرنے لے لیے:

height(m)2/(kg)weight=BMI

عام انسان کا نارمل 18BMI سے 25 تک نارمل مانا جاتا ہے۔

5:سٹریس کو کم کرنا:

سٹریس ہارٹ اٹیک کی سب سے بڑی وجہ ہے۔سٹریس کی بدولت ہائی بلڈ پریشر،تمباکو نوشی،شوگر اور کولیسٹرول بڑھ جاتے ہیں۔سٹریس میں اگر کمی لائیں گے تو پچاس فیصد دل کی بیماری کم ہوگی۔



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

ج۔ سے جاپانی پھل۔

تحریر۔ کہکشاں صابر۔ فیصل آباد۔

املوک موسمِ سرما کا ایک ذائقے دار پھل ہے۔ یہ پکے ہوئے ٹماٹروں سے ملتا جلتا ہے۔ انگریزی میں اس کو پرسی مین persimmons کہتے ہیں۔ آج سے کچھ برس پہلے پاکستان کی سرزمین اس کے لئے نئی تھی کیونکہ اسے جاپان سے لایا گیا تھا یہی وجہ ہے کہ شروع میں بیشتر علاقوں میں اسے جاپانی پھل کہا جاتا تھا۔ اب بھی بعض علاقوں میں اس کو جاپانی پھل ہی کہا جاتا ہے۔ پاکستان میں اس کی کاشت میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے۔ خوش رنگ اور خوش ذائقہ پھل میں قدرت نے دیگر پھلوں کی طرح بے شمار قدرتی خوبیاں اور صفات رکھی ہیں اور یہی چیز پاکستان میں اس کی بڑھتی ہوئی پسندیدگی اور مقبولیت کی وجہ ہے۔ بعض اوقات بھاری یا ناقص غذا کے استعمال سے بڑی آنت میں ورم آ جاتا ہے جس سے اخراج کا نظام متاثر ہوتا ہے اور اس کے اثرات معدے پر بھی پڑتے ہیں۔ جاپان میں ہونے والی تحقیق کے مطابق املوک بڑی آنت میں پیدا ہونے والی بعض خرابیوں کو دور کرنے کی بھرپور صلاحیت رکھتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اسے نظام انہظام کے لئے بہترین اور مفید دوا کا نام دیا گیا ہے۔ یہ ٹماٹر نما لال پھل اپنے اندر طاقت و توانائی کا خزانہ رکھتا ہے مثلاً،

100 گرام املوک (جاپانی پھل) کے غذائی اجزاء۔۔۔

وٹامن اے 630 بین الاقوامی یونٹ

وٹامن بی (تھایامین) 40ء ملی گرام

رائبوفلاوین 08ء ملی گرام

نایاسین 4ء ملی گرام

پروٹین 2ء1 ملی گر

پروٹین 2ء1 ملی گرام

حرارے 25

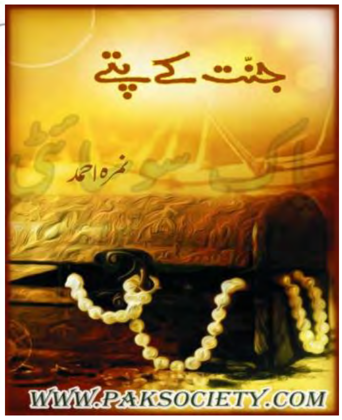
نشاستہ 7ء ملی گرام

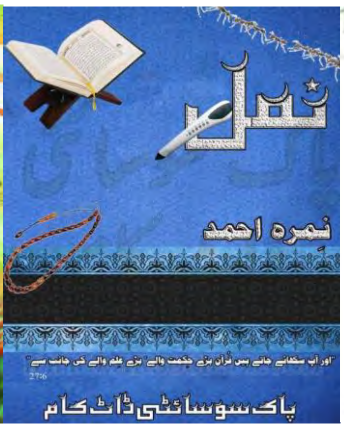
کیلشیم 11 ملی گرام

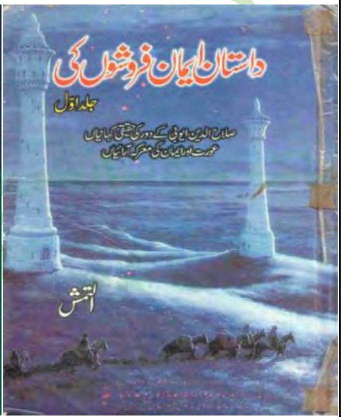
فولاد 4ء گرام

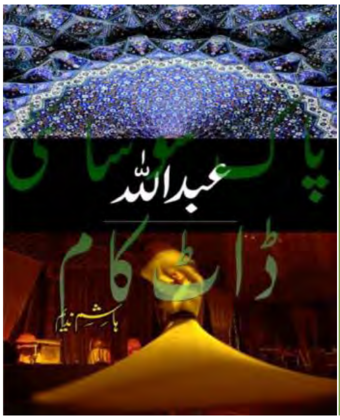
WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

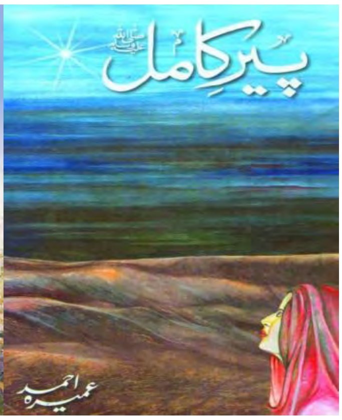
پاک سوسائٹی ڈاٹ کام پر موجود آل ٹائم بیسٹ سیلرز:-

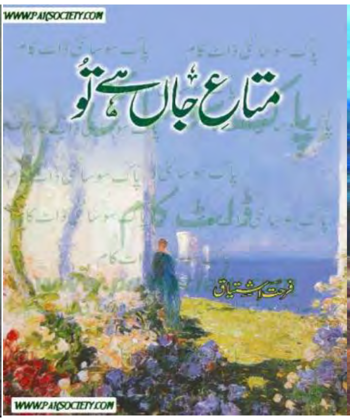


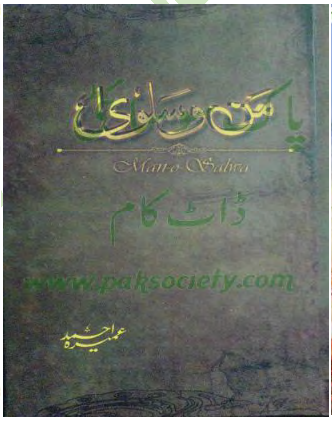


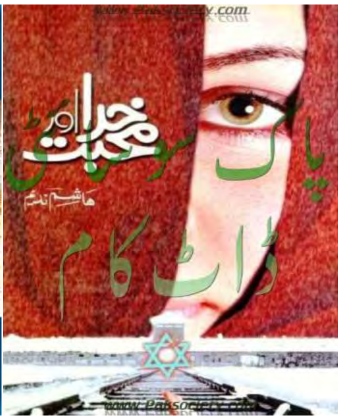


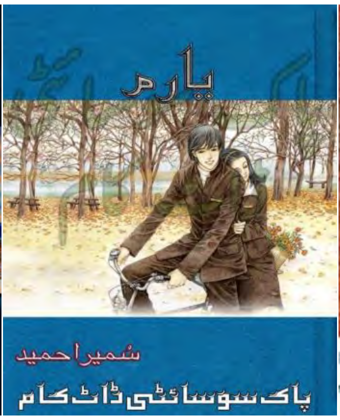


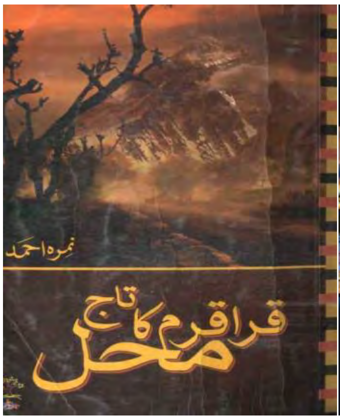












http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com

فاسفورس 25 ملی گرام

پوٹاشیئم 170 ملی گرام

جاپانی پھل کو قبض، بڑی آنت میں ورم اور درد کے لئے مفید قرار دیا گیا ہے۔اسی طرح بعض ماہرینِ صحت اسے پھیپڑوں میں پانی بھر جانے یا اس کی جھلیوں میں ورم، گلے کی سوزش اور خراش میں بھی مفید قرار دیتے ہیں۔عام طور پر زیادہ جسمانی مشقت سے پٹھوں میں درد ہوتا ہے اور پٹھوں میں تکلیف وہ قسم کی اکڑن محسوس ہوتی ہے ان حالات میں جاپانی پھل (املوک) کا استعمال بہت فائدہ دیتا ہے۔کمر کے درد میں املوک کھانے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔

املوک (جاپانی پھل) کے قدرتی طبی فوائد:

سخت جسمانی مشقت سے پٹھوں کی اکڑن اور درد میں مفید ہے۔

بڑی آنت میں خرابیوں کو دور کرنے میں مدد کرتا ہے۔

شوگر کو کنٹرول کرتا ہے۔

قوت مدافعت میں اضافہ کا سبب بنتا ہے۔

دل کی بیماریوں میں کھانا فائدہ مند ہے۔

وزن کی کمی کا سبب ہے۔

یہ پھل آنت کے زخم ٹھیک کرتا ہے۔

یہ ہمارے نظام انہظام کو درست رکھتا ہے۔

قبض کو دور کرتا ہے۔

اپینڈکس کے مرض میں بھی کھانا مفید ہے۔

معدے کی خرابیوں کو دور کرتاہ

اس پھل کو کمر درد میں کھانا فائدہ مند ہوتا ہے۔

گلے کی سوزش اور خراش میں بھی فائدہ مند ہے۔

جاپانی پھل گرم و خشک مزاج رکھتا ہے اس لئے اسے ہمیشہ اعتدال میں رہ کر ہی کھانا چاہیے۔پکا ہوا پھل صحت و زندگی کے لیے بہت مفید ہے۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

تیری بیٹی

سحرش رانی۔۔۔لاہور

لائبہ کمرے میں تیز تیز چکر کاٹ رہی تھی جب اریبہ دھونکنی کی طرح بجتی سانس کے ساتھ کمرے میں داخل ہوئی، کیا خبر ہے؟" لائبہ نے چھوٹتے ہی سوال داغا۔

بتاتی ہوں ....دم تو لو................"وہ بیڈ پر پاؤں پھیلا کر بیٹھ گئی......'

"ہونا کیا ہے دونوں اپنے اپنے محاذوں پر ڈٹ کر کھڑے ہیں مجال ہے جو کوئی ذرا ادھر سے ادھر ہو......ابا بضد ہیں کہ چاچو کے بیٹے کو تمہارا نصیب بنانا ہے، ادھر اماں پنڈال کھولے بیٹھی ہیں کہ تم ان کی بھائی کی بہو ہو.............اب دیکھنا یہ ہے کہ جیت کس کی ہوتی ہے................"اسنے کندھے اچکائے۔

"جیت کسی کی بھی ہو................ہار تو میری ہونی ہے......!!"اسنے یاسیت سے کہا۔

"تم بتاؤ تم کس کو ناراض کروں گی؟؟اماں کو یا ابا کو.............!؟؟"سوالیہ نشان لائبہ کے سامنے تھا اور وہ متفکر تھی......

دل تو چاہ رہا ہے کہ دونوں کو ناراض کردو...... کیونکہ دونوں کو بیک وقت راضی کرنا مشکل نہیں، ناممکن ہے......وہ سر ہاتھوں میں گرائے بیٹھی تھی......خیر جیسا کہ ہم جانتے ہیں کہ چاچو تو ٹھیک ہیں...........انہیں کب کسی کی پرواہ ہوئی ہے......!!؟اور رہی چاچی تو وہ بہت اچھی خاتون ہیں پیار کرنے والی...........اور ہیں بھی کھاتے پیتے لوگ......جعفر بھائی کی جاب بھی اچھی ہے......اگر تم ابو کو خوش کر دو تو، اسکی بات کاٹ کر لائبہ چیخی" جعفر..............وہ کمینہ، بدتمیز، بداخلاق..............دو جہاں کے غصے کا اکلوتا مالک، سمو کر...... مجھے تو اس میں سوائے اچھی جاب کے کچھ بھی اچھا نہیں لگتا..............."اسنے تنفر سے منہ پھیرا........

ہاں......لیکن لڑکی کا رشتہ........... ہمارے معاشرے میں شوہر سے 20% اور 80 فیصد رشتہ تو سسرال سے ہوتا ہے

..........اگر سسرال اچھا ہے اور شوہر اچھا نہیں بھی ہے تو بھی ساس، سسر، نندوں، دیوروں کے سر لڑکی گزار ہی لیتی ہے اپنی زندگی..........

دوسرے آپشن پر نظر کرتے ہیں..........حنیف ماموں کے خوبصورتی، خوب سیرتی کے مجموعہ لائق فائق سپوت نائف بھائی...... بے شک ہنڈسم اور اچھے انسان ہیں لیکن ممانی جان کا جو سلوک باقی چاروں بہوؤں کے ساتھ اس کے بعد تو ہر کوئی کانوں کو ہاتھ لگاتا ہے......عامر اور حسن بھائی کی طلاق دلوا کر بچے بھی چھین لیے...........عامر بھائی تو ٹھیک ہے وہ خوش نہیں تھے ارم بھابھی کے ساتھ مگر اس میں ارم بھابھی کی بہن جویریہ کا یہ قصور تھا کہ وہ انکی دیورانی ہے اور ایموشنلی بلیک میل کر

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

کے جویریہ کو بھی طلاق دلوا دی مجھے تو لگتا ہے کہ ممانی صاحبہ سے کسی کا ہنستا بستا گھر برداشت نہیں ہوتا...... بھائی مرد جتنا بھی اچھا ہو محبت کرنے والا ہو اور نائف بھائی کیسے تمہارے آگے پیچھے پھرتے ہیں..... محبت کے دعوے کرتے ہیں..... مگر شادی سے پہلے محبت کرنے والے شخص کو شادی کے بعد یاد آ جاتا ہے کہ اس کی ماں کا بھی اس پر بڑا حق تھا اور پھر وہ حق بیوی پر ظلم کیے بغیر ادا ہو ہی نہیں سکتا........... سو میری جان...... دونوں آپشن تمہارے سامنے ہیں..... اجلا سسرال، الجھا شوہر........... سلجھا شوہر بکھرا سسرال........... اس کی بات پر لائبہ نے لمبا سانس خارج کیا......

"دونوں صورتوں میں چھری تو میرے گلے پر ہی چلے گی نا......" کاش کوئی تیسری صورت نکل آئے، اگر میں دونوں سے انکار کر دوں تو..........!!؟؟؟ اس نے راز داری سے آگے جھکتے ہوئے پوچھا..........

"تو ابا غیر موجودہ تیسرے شخص کے نام پر تمہیں قبر میں اتار دیں گے.........." وہ جھٹکا کھا کر پیچھے ہٹی........ "تم تو مرنے مرانے کی ہی باتیں کرنا بس......" ویسے تو ابا، اماں کو بیاہنے کے بعد اماں کے خاندان میں کسی کو بیاہنے کی غلطی نہیں کریں گے لیکن اگر تم نائف بھائی کے لیے ہاں کر دو تو عین ممکن ہے کہ ابا ہتھیار ڈال دیں........... لیکن چانس دس فیصد ہیں..... اس نے گردن ہلاتے ہوئے کہا تو شانوں پر بکھرے بال ہلنے لگے..............

"کیا مصیبت ہے یار.........." لائبہ جھنجلا کر رہ گئی......

'بھائی اب خاندان میں یہی دو رشتے ہیں اور خاندان سے باہر کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا.........." اس نے مصلحت پسندی سے کام لیا......

وہ شور کی آواز پر ہڑ بڑا کر باہر نکلیں.......... ابا صحن میں بچھی چار پائی پر بیٹھے تھے جبکہ صارم سینہ تان کر کھڑا تھا..............

نسیمہ......" .... دیکھ رہی ہو؟؟ سن رہو..........؟؟ اپنی نا خلف اولاد کو کیسے منہ پھاڑ کر باپ سے کہہ رہا ہے کہ شادی اپنی پسند سے کرے گا........."" ابا غصے سے ابل رہے تھے...... میں اپنے بھائی کو زبان دے چکا ہوں لائبہ جعفر کے لیے لو...... اور صائمہ ہمیں دو...... اب کیا کہوں انکو کہ میرے دلارے نے اکھیاں لڑا لی ہیں یونیورسٹی میں اس لیے صائمہ کو ٹھکرا رہا ہے، پھر...... پھر وہ کیوں کرے گے جعفر کی شادی لائبہ سے.......!!؟؟.........." ابا کو مروڑ آٹھ رہے تھے۔

"ہاں تو نہ کریں.............. کونسا جعفر آخری شہزادہ ہے دنیا کا.............!!؟ لڑکے بہت ہیں............" اماں نے شان استغناء سے آنکھیں گھماتے ہوئے کہا.......... تو ابا مزید تپ گئے...... جانتا ہوں تمہاری نیت کو بھی اچھی طرح سے...... وہ بھی معنی خیز نظروں سے اماں کو دیکھ رہے تھے......"" براہ مہربانی آپ دونوں پھر کوئی اچھا سا موقع دیکھ کر لڑ لیجیے گا.......... پہلے میرا مسئلہ حل کریں.......... میں ریشم کو کہہ چکا ہوں کہ اگلے ہفتے رشتہ لے کر آ رہا ہوں اب آپ لوگ بتائیں آپ جائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

گے یا میں کوئی دوسرا راستہ اختیار کروں......؟ صارم بھی صحیح جوش میں تھا......

"دوسرا راستہ......؟" ابا نے سوالیہ نظریں اس پر گاڑھیں......

"ابا ایک بات تو کنفرم ہے شادی کروں گا تو صرف ریشم سے..........نہیں تو بھگا کر لے جاؤ گا، مر جاؤں گا.......... مار دوں گا..........شادی کروں گا تو صرف ریشم سے، جوانی کا نشہ سر چڑھ کر بول رہا تھا..........وہ کہہ کر رکا نہیں......گھر کی دہلیز پار کر گیا......

ابا بھی غصے سے پھنکار رہے تھے......اور دونوں بہنیں اپنے کمرے کے دروازے میں شل وجود لیے اک دوسرے کو ٹکر ٹکر دیکھنے لگی..........کافی دیر کی خاموشی کے بعد اریبہ نے اس جمود کو توڑا......اب ابا کیا کریں گے......؟ صارم بھائی جتنے جوش میں تھے مجھے تو لگتا ہے کہ خون خرابہ ہوا ہی ہوا......لائبہ نے لب کاٹتے ہوئے کہا..........ایک منٹ ادھر آو..........اریبہ لائبہ کو اسکی کلائی سے پکڑ کر باہر لے آئی......

"اسی ہفتے کا کہہ کر گیا ہے..........کیا سوچ رہے ہیں آپ؟ اماں صحن میں بچھی چارپائی پر ابا کے مقابل آ بیٹھی......"" پھنسا کر رکھ دیا اس لڑکے نے......اب سمجھ نہیں آ رہا کہ کیا جواب دوں بھائی کو؟.........."

"تو گویا آپ بھائی کو جواب دینے کے لیے رضامند ہیں......؟ وہ دونوں آگے سرکیے۔ ابا کے جواب کی منتظر......ہاں......!تو کیا اپنا اکلوتا بیٹا بھی گنوا دوں......اکیلا وارث ہے میرا..........بھگا کر لے گیا تو کیا عزت رہ جائے گی..........پھر جوانی کا جوش ہے......کہاں مانے گا وہ میری"..........ابا فیصلہ تو کر چکے تھے مگر ہنوز الجھے ہوئے تھے......اماں محض سر ہلا کر رہ گئی وہ دونوں یک ٹک ایک دوسرے کو دیکھ رہی تھی..........لائبہ کی ناک کے نتھنے پھڑ پھڑا رہے تھے......ماتھے پر شکنیں نمودار ہوئی تو اریبہ اسکا ہاتھ پکڑ کر کمرے میں لے گئی..........

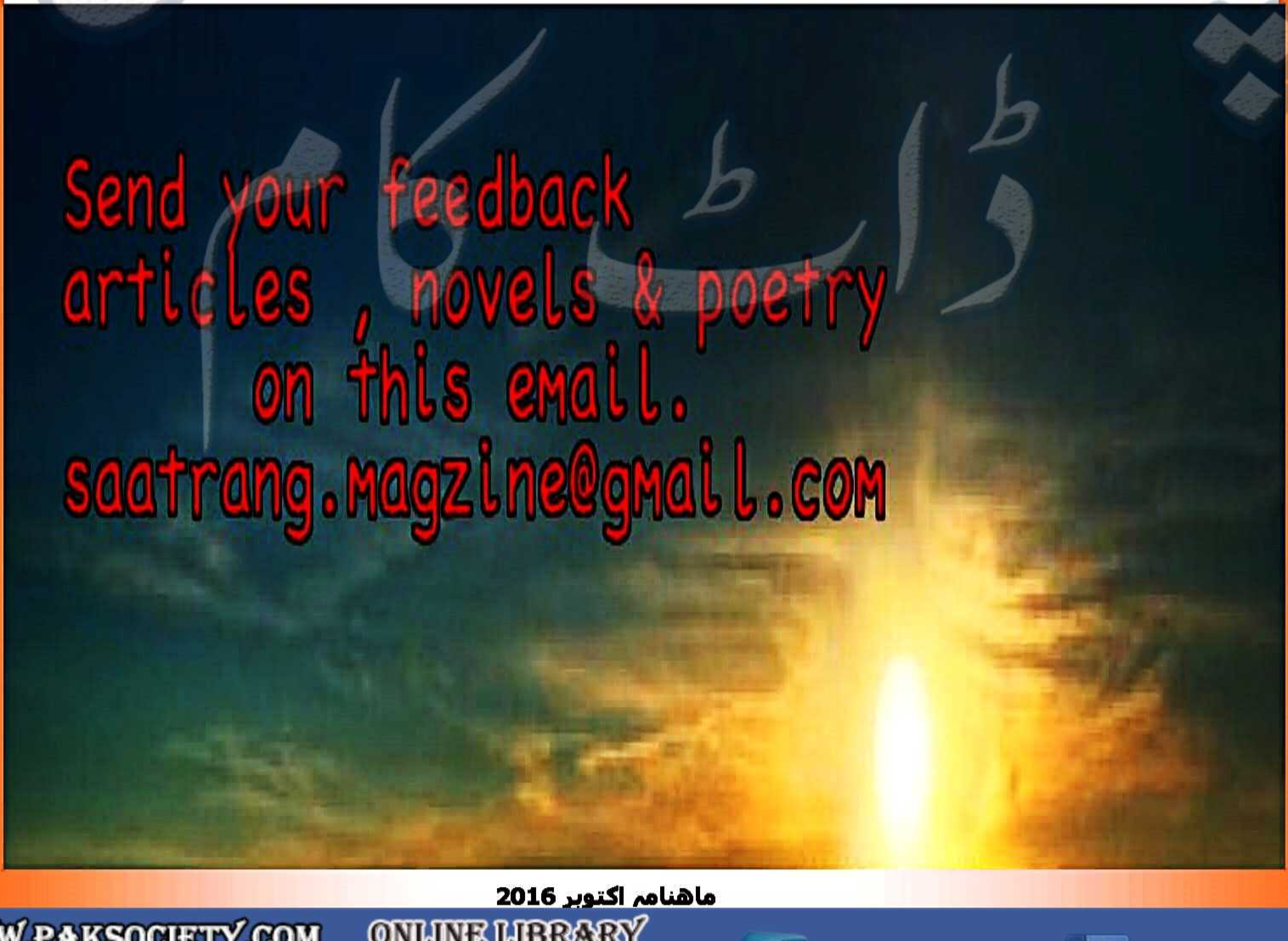
"تم نے دیکھا اریبہ ابا کیا کہہ رہے تھے......"......وہ بے یقینی کے عالم میں اریبہ کو دیکھے جا رہی تھی جیسے وہ ابھی کہہ دے گی کہ نہیں ابا نے تو ایسا کچھ کہا ہی نہیں..........

"ٹھیک ہی تو کہہ رہے تھے صارم بھائی۔۔ اکلوتے بیٹے ہیں..........انکی دولت و جائیداد کے مالک......انکا نام زندہ رکھنے والے......ہم کہاں ہیں......ہم تو بیٹیاں ہیں......ہم کیا دے سکتی ہیں ابا کو..........؟؟ اریبہ نے کہا تو لائبہ کی آنکھیں بھر آئیں.........."""اگر میں ابا کے رشتے سے انکار کروں تو مجھے غیر موجود شخص کے نام پر قبر میں اتار دیں گے......اور صارم بھائی کسی لڑکی سے افیئر چلائیں اور شادی کرنا چاہیں تب ابا کو مسئلہ نہیں..........تب ابا کے اصول زہر کھا کر مر جاتے ہیں..........بیٹی کچھ کہے تو عزت و ناموس کی بات آ جاتی ہے اور بیٹے کی دھمکی سے ابا کا خون خشک ہونے لگتا ہے......

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

............کیا ہم بیٹیوں کا وجود اس قدر ارزاں ہے ابا کے لیے..........ہمیں انکار کا حق نہیں لیکن ہمارے ہی بھائی کو حق ہے کہ وہ پسند کی شادی کر لے...... یہ کیسا انصاف ہے..............؟؟ کون کہتا ہے بیٹیوں کو زندہ درگور کرنے کا رواج ختم ہو گیا......؟؟ بیٹی کو تو آج بھی معاشرہ اپنی پسند کی قبر میں زندہ گاڑھ رہا ہے"..................آنسوؤں کی جھڑی لگی تھی........................

"تم کہ دوں ابا سے جا کر""اس نے آنسو صاف کیے............""اماں ابا کی جنگ میں جو بھی جیتے اسے میری طرف سے مبارک باد......اور یہ بھی کہ ان کی بیٹی کی لاش بغیر کفن کے ہے............اس کے کفن کا جوڑا لال رنگ کا بنوایئے گا...........اور یہ جنازہ ڈولی میں اٹھے گا............اور ابا اماں کے منتخب کردہ سسرال نامی قبرستان میں جائے گا.........جہاں ان کی بیٹی کا حساب کتاب کیا جائے گا............"......وہ ہاتھوں کے پیالے میں منہ چھپا کر پھوٹ پھوٹ کر رو دی............اور اریبہ اسے شانوں سے تھامے چپ کروانا چاہتی تھی مگر لفظ تھے کہ کہیں کھو گے تھے..............وہ کن الفاظ میں اسے چپ کروائے..........اس کے بعد اسی بھٹ پر چڑھنے والی تو وہ خود بھی ہو گی...... کیونکہ وہ بھی تو بیٹی ہے......صارم تو نہیں......................



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

اسکرب گھر میں بنائیں

افشاں شاہد۔کراچی۔

کسی بھی چیز کی خوبصورتی برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے۔ کہ اس چیز پر توجہ دی جائے اس کی دیکھ بھال کی جائے۔اس کا خیال رکھا جائے اسی طرح جلد کو بھی خوبصورت چمکدار اور داغ دھبوں سے پاک رکھنے کے لئے جلد کا خیال رکھنا پڑتا ہے ہر چیز توجہ مانگتی اور بڑھتی عمر کے ساتھ ساتھ جلد کی زیادہ دیکھ بھال کرنی پڑتی ہے بچپن میں انسان کی جلد نہایت نرم و ملائم ہوتی ہے کیونکہ اس دور میں انسان زیادہ وقت گھر میں بیتاتا ہے سورج کی تپش اور گرد و غبار اس کی جلد کو نہیں چھوتے جس کی وجہ سے جلد صاف شفاف اور بے داغ رہتی ہے لیکن جیسے جیسے انسان کی عمر میں اضافہ ہوتا ہے مرد ہو یا خاتون اس کو گھر سے باہر نکلنا پڑتا ہے مرد ذریعہ معاش کے لیے باہر نکلتا ہے تو عورت مختلف کاموں کے سلسلے میں اور خواتین تو اس کے علاوہ بھی بہت سارا وقت اپنا کچن میں چولہے کے سامنے صرف کرتی ہیں یہی وجہ ہے کہ خواتین کی جلد زیادہ جلدی متاثر ہوتی ہے اور بڑھتی عمر کے آثار جھریوں کی شکل میں ان کے چہرے پر جلد ہی واضح ہونا شروع ہو جاتے ہیں اس لیے خواتین کو چاہیے کہ وہ اپنی جلد کا زیادہ خیال رکھیں اسے صاف ستھرا رکھے کیونکہ گرد و غبار اور سورج اور چولہے کی تپش کی وجہ سے جلد کی سطح کے نیچے میل کی موٹی تہہ جم جاتی ہے جس سے جلد بے رونق اور مرجھائی ہوئی لگتی ہے اسلئے جلد کا نکھار اور تر و تازگی برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ جلد کو صاف رکھا جائے میل کچیل کو ج میل کچیل کو جلد سے دور کیا جائے تا کہ مردہ خلیے جھڑتے رہے اور نئے خلئے اس کی جگہ لیتے اور یہ جب ہی ممکن ہے جب اسکرب استعمال کیا جائے کیونکہ اسکرب میں ایسے اجزاء شامل ہوتے ہیں جو نہ صرف جلد پر موجود میل کو صاف کرتے ہیں ساتھ ہی مردہ خلیوں کو بھی جلد سے جھاڑ دیتے ہیں اور جلد کو فوری تازگی اور شادابی فراہم کرتے ہیں اب مارکیٹ میں فیس اسکرب کے ساتھ ساتھ پیروں اور ہاتھوں کے اسکرب بھی دستیاب ہیں لیکن کیا یہ بیوقوفی نہیں جو چیز گھر میں باآسانی تیار ہو سکتی ہے اور وہ بھی معیاری اور کیمیکل سے پاک اور نہایت کم پیسوں میں تو پھر یہی چیز مارکیٹ سے مہنگے داموں کیوں خریدیں وہ بھی ناقص اور غیر معیاری گھر میں نہایت اعلیٰ قسم کے اسکرب تیار کئے جا سکتے ہیں اور وہ بھی زیادہ تر گھر میں موجود اشیاء سے ہی تیار ہو جاتے ہیں لیکن جن لوگوں کے چہرے پر ایکنی ہے انہیں اسکرب استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

-------------------orangeandHoney scrub

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

سب سے پہلے موسمی کے چھلکوں......کو سکھا کر پیس لیں اب دو چمچ موسمی کے چھلکوں کا پاؤڈر اور دو چمچ جو کو ملائس اب اس میں ایک چمچ شہد ملائیں اور اس کا گاڑھا پیسٹ بنالیں اور چہرے پر لگائیں اور ہلکے ہاتھوں سے motion circular میں مساج کریں پھر پانچ منٹ لگا رہنے دیں اور پھر ٹھنڈے پانی سے منہ دھولیں یہ اسکرب ہر قسم کی جلد کے لئے موزوں ہے

آجکل گرمیاں اپنے عروج پر ہیں اور اس موسم میں جلد بہت زیادہ ڈل اور خراب ہو جاتی ہے کیونکہ ہمارے جسم سے پسینہ وافر مقدار میں خارج ہو رہا ہوتا ہے اور جسم میں پانی کی کمی ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے بھی جلد بلکل بے جان لگتی ہے اور ساتھ ہی جلد بھی بہت زیادہ چپچپی ہو رہی ہوتی ہے جتنی بار بھی منہ دھولیا جائے چند پلوں کے بعد ہی چہرے پر چکنائی جمع ہو جاتی ہے خاص طور پر ناک کے اردگرد آئل کی تہہ جم جاتی ہے درج ذیل اسکرب کا استعمال اس موسم میں جلد کے لئے نہایت ہی مفید ہے

چاول کا اسکرب Rice scrub ....

کوئی گھر ایسا نہیں ہو گا جہاں چاول موجود نہ ہوں یہ ایک بہترین اسکرب ہے جو چٹکیوں میں بن جاتا ہے اور اس کی تیاری میں کسی خاص اجزاء خریدنے کی ضرورت بھی نہیں پڑتی چاول کی طرح دودھ بھی ہر گھر میں آتا ہے دودھ کو گرم کرنے سے پہلے کچھ دودھ علیحدہ سے نکال لیں چاول کو گرائینڈر میں اچھی طرح پیس لیں اب چاول اور کچے دودھ کا گاڑھا پیسٹ بنالیں اور اب تین منٹ تک ہلکے ہاتھوں سے چہرے اور گردن تک ہلکے ہاتھوں سے چہرے اور گردن پر اسکرب کریں زیادہ رگڑنے سے گریز کریں اب پانچ منٹ تک اس پیسٹ کو چہرے پہ لگا رہنے دیں اور پھر ٹھنڈے پانی سے چہرے کو دھوئیں اس اسکرب کے باقائدہ استعمال سے نہ صرف رنگ گورا ہوتا ہے ساتھ ہی یہ اسکرب کھلے ہوئے مسام کو بھی بند کرتا ہے اور اسکے استعمال سے چہرے پر جھریاں بھی نہیں آتی.......

چکنی جلد کے لیے اسکرب.......... skin oily for Scrub ....

گرمیوں میں سب سے بُرا حال چکنی جلد کا ہوتا ہے، یوں لگتا ہے کہ کسی نے جلد پر تیل مل دیا ہو درج ذیل اسکرب چکنی جلد اور جن کے مسام (pores) کھل جاتے ہیں، اس کے لیے بہترین ہے اس اسکرب سے نہ صرف مسام بند ہوتے ہیں بلکہ جلد صاف اور نکھر جاتی ہے اسکرب بنانے کا طریقہ ٹماٹر کا گودا نکال لیں اور اسکو بلینڈ کر لیں پانی بلکل بھی شامل نہ کریں اب اس میں ایک چمچ پسی ہوئی بادام شامل کریں لیکن بادام کو بلکل باریک نہ پیسے اب ٹماٹر اور بادام کا پیسٹ بنالیں اور اب اس پیسٹ کو چہرے پر لگائیں اور پانچ منٹ تک چہرے پر اسکرب کریں پھر بیس منٹ کے لیے چہرے پر اس پیسٹ کو لگا رہنے دیں خشک ہو جائے تو کاٹن کو کچے دودھ میں بھگوئیں اور اس کاٹن سے چہرے کو صاف کر لیں چند منٹوں بعد چہرے کو ٹھنڈے

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

پانی سے دھولیں ٹماٹر جلد پر toner کا کام کریگا اور دودھ جلد کو صاف کرے گا گرمیوں میں روزانہ اس اسکرب کا استعمال جلد کے لیے بہت مفید ہے۔............

پیروں اور ہاتھوں کے لئے اسکرب..................

ایک بڑا لیموں لیں اور اسے دو ٹکڑوں میں کاٹ لیں اب اس لیموں پر پسی ہوئی چینی لگائیں اور پانچ دس منٹ تک پیروں اور ہاتھوں پر اسکرب کریں اور پھر پانی سے دھولیں جلد نہایت نرم و ملائم ہو جائے گی۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

کوکنگ کارنر

اقراء عابد

تکہ بوٹی

اجزاء

گوشت بغیر ہڈی	ایک کلو۔ چوکور ٹکڑے کرلیں۔	دہی	ایک سو پچاس گرام
گرم مصالحہ	دو چمچ۔ پسا ہوا	نمک، سرخ مرچ	حسب ذائقہ
ادرک	دو انچ کا ٹکڑا	لہسن	ایک پوتھی
گھی	ایک سو پچاس گرام	سوکھا دھنیا، سفید زیرہ	دو دو چمچ

ترکیب

گوشت کو ابال لیں۔ جب وہ نیم گلا ہو تو اتار لیں۔ اب سب پسے ہوئے مصالحوں کو دہی میں ملا کر گوشت کے ٹکڑے اس میں ڈال دیں۔ پھر ان ٹکڑوں کو سیخوں پر چڑھا کر کوئلوں پر سرخ کرلیں اوپر سے چمچے سے گھی ڈالتی جائیں۔ جب اچھی طرح سے سرخ ہو جائے تو اتار لیں۔ اور سلاد کے ساتھ نوش فرمائیں۔

چکن چاؤمن

اجزاء

چکن بغیر ہڈی کی	آدھا کلو (چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں)		
سویا ساس	تین کھانے کے چمچ	چکن کیوبز	دو عدد
کارن فلور	ایک چائے کا چمچ	سفید سرکہ	تین کھانے کے چمچ
ہری پیاز کے پتے	ایک پیالی (باریک کٹے ہوئے)	چکن کیوب ملا ہوا میدہ	آدھا کھانے کا چمچ
پیاز	ایک ڈلی (باریک کٹی ہوئی)	نمک	حسب ذائقہ
کالی مرچ پسی ہوئی	ایک چائے کا چمچ	چینی	ایک چائے کا چمچ
بند گوبھی	ایک پھول (باریک لمبائی کٹی ہوئی)	سفید مرچ پسی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
شملہ مرچ	تین عدد (باریک لمبائی میں کٹی ہوئی)	گاجر	تین عدد (باریک کٹی ہوئی)
بین سپراؤٹس	ایک پیالی	ادرک، لہسن پسا ہوا	ایک چائے کا چمچ
تیل	چار کھانے کے چمچ	نوڈلز	ایک پیکٹ
		تل کا تیل	چند قطرے

بین سپراؤٹس اور پتے آخر میں ڈالیں۔

ترکیب

سب سے پہلے چکن میں ایک چمچ سرکہ، ایک چمچ سویا ساس، نمک اور کارن فلور ملا کر آدھے گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ ایک بڑی دیگچی میں خوب ڈھیر سارا پانی گرم کریں جب پانی کھولنے لگے تو نوڈلز ڈال دیں ساتھ میں ایک چمچ تیل ڈال دیں جب نوڈلز گل جائیں تو چھلنی سے چھان لیں فوراً ہی ٹھنڈے پانی سے نوڈلز کو اوپر نیچے کر کے دھولیں اور ایک چائے کا چمچ تیل ملا دیں تاکہ نوڈلز چپک نہ جائیں ایک بڑی کڑاہی میں تیل گرم کریں۔ پیاز ڈال کر ہلکی گلابی کرلیں ادرک، لہسن ڈال کر ہلکا سا بھون کر چکن ڈال دیں، جب پانی خشک ہو جائے تو سبزیاں اور کیوبز ڈال دیں پھر سویا ساس، سرکہ، نمک، کالی سفید مرچ، میدہ اور چینی ڈال کر پانچ منٹ تک بھون لیں پھر نوڈلز ڈال کر مکس کریں اور بینز سپراؤٹ اور پتے ڈال دیں تل کا تیل ڈال کر گرم گرم کھانے کے لئے پیش کریں۔

1 کولڈ کافی

اجزاء:

کافی 4 کھانے کے چمچے، پانی 2 کھانے کے چمچے، دودھ آدھا لیٹر، آئسکریم 4 اسکوپس (ونیلا)، چینی حسب ذائقہ، برف 8-9 عدد (کیوبز)

ترکیب:

سب سے پہلے 2 کھانے کے چمچ گرم پانی میں کافی کو مکس کرلیں پھر بلینڈر میں ڈال کر بلینڈ کریں پھر دودھ، چینی، برف بھی شامل کر کے بلینڈ کریں۔ پھر لمبے اور خوبصورت گلاس میں آئسکریم ڈال کر اوپر سے بلینڈ کی ہوئی کولڈ کافی ڈال دیں۔ مزیدار کولڈ کافی تیار ہے۔

2 کافی بنانے کا آسان طریقہ

الیکٹرک کیٹل میں پانی گرم کریں، اگر کیٹل نہ ہو تو ایک دیگچی میں پانی گرم کرلیں، ایک کپ میں ایک چائے کا چمچہ یا جتنی تیز کافی آپ کو پسند ہو Instant Coffee کا ڈال کر ایک چائے کا چمچہ تیز گرم پانی ڈالیں کہ صرف کافی گیلی ہو جائے۔ ساتھ ہی چینی بھی ڈال دیں، جتنی آپ کو پسند ہو، اب خوب اچھی طرح مکس کریں کہ کافی کا رنگ ڈارک براؤن سے ہلکا براؤن ہو جائے۔ مکسنگ اسٹیل کی چمچ سے کریں تو کافی اچھی مکس ہوگی۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 | PAKSOCIETY

پاک سوسائٹی پر موجود مشہور و معروف مصنفین

عُمیرہ احمد	صائمہ اکرام	عُشنا کوثر سردار	اشفاق احمد
نمرہ احمد	سعدیہ عابد	نبیلہ عزیز	نسیم حجازی
فرحت اشتیاق	عفت سحر طاہر	فائزہ افتخار	عنایتُ اللّٰہ التمش
قُدسیہ بانو	تنزیلہ ریاض	نبیلہ ابر راجہ	ہاشم ندیم
نگہت سیما	فائزہ افتخار	آمنہ ریاض	مُمتاز مُفتی
نگہت عبدُاللّٰہ	سباس گُل	عنیزہ سید	مُستنصر حُسین
رضیہ بٹ	رُخسانہ نگار عدنان	اقراء صغیر احمد	علیمُ الحق
رفعت سراج	اُمِ مریم	نایاب جیلانی	ایماے راحت

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام پر موجود ماہانہ ڈائجسٹس

خواتین ڈائجسٹ، شُعاع ڈائجسٹ، آنچل ڈائجسٹ، کرن ڈائجسٹ، پاکیزہ ڈائجسٹ، حناء ڈائجسٹ، رِدا ڈائجسٹ، حجاب ڈائجسٹ، سسپنس ڈائجسٹ، جاسُوسی ڈائجسٹ، سرگُزشت ڈائجسٹ، نئے اُفق، سچی کہانیاں، ڈالڈا کا دسترخوان، مصالحہ میگزین

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی شارٹ کٹس

تمام مُصنفین کے ناولز، ماہانہ ڈائجسٹ کی لسٹ، کِڈز کارنر، عمران سیریز از مظہر کلیم ایم اے، عمران سیریز از ابنِ صفی، جاسُوسی دُنیا از ابنِ صفی، ٹورنٹ ڈاؤنلوڈ کا طریقہ، آن لائن ریڈنگ کا طریقہ،

ہمیں وزٹ کرنے کے لئے ہمارا ویب ایڈریس براوزر میں لکھیں یا گُوگل میں پاک سوسائٹی تلاش کریں۔

اپنے دوست احباب اور فیملی کو ہماری ویب سائیٹ کا بتا کر پاکستان کی آن لائن لائبریری کا ممبر بنائیں۔

اِس خوبصورت ویب سائٹ کو چلانے کے لئے ہر ماہ کثیر سرمایہ درکار ہوتا ہے، اگر آپ مالی مدد کرنا چاہتے ہیں تو ہم سے فیس بک پر رابطہ کریں۔۔۔

http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com
http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com

میں ٹینشن میں ہوں

تحریر: فاطمہ عبدالخالق

ٹینشن نامی بیماری سے شاید ہی کوئی نا آشنا ہو کیونکہ ہر شخص اسی مرض کا شکار بنا ہوا ہے......

کسی سے حال احوال دریافت کیا جائے تو جواب ملتا ہے اجی ہم بہت ٹینشن میں ہیں..........زندگی کے معمولی معمولی معملات میں بھی انسان اس کمبخت سے دامن نہیں چھڑا پاتا...... یہ انسان کے گرد ایسا دائرہ بناتی ہے کہ انسان بے بس پھڑ پھڑا کر رہ جاتا..........اور یہ دیمک کی طرح جیسے وہ لکڑی کو کھوکھلا کر دیتی ہے بالکل اسی طرح ٹینشن انسان کو اندر ہی اندر چاٹ جاتی ہے لیکن کیا کبھی آپ نے سوچا ہے یہ آخر کون سی بلا ہے کہاں سے کس کی ابتدا ہے اور کہاں اس کی انتہا ہے..... یہ کیسے ہمارے اندر پروان چڑھی......

میں یقین سے کہہ سکتی ہوں کہ آپ نے کبھی اس بارے سوچا ہی نہیں ہوگا..........

میں نے بارہا سوچا یہ کس وجہ سے ہے کیوں ہے..... ہر پہلو کو مدنظر رکھ کر سوچا مگر جواب ایک ہی ملا "توکل باللہ میں کمی" وہی توکل جو ہم رب پاک کی ذات پر کرتے ہیں ہم جو بظاہر بڑے شکر گزار بندے بنتے ہیں یہ صرف لفظی کھیل ہے عملا نتیجہ وہی ڈھاک کے تین پات ہوتا ہے اگر ہم عملا اتنے ہی شکر گزار بن جائیں جو ہمارے الفاظ کا خاصہ ہیں تو مجھے یقین ہے یہ بیماری آج ہی جڑوں سے اکھڑ جائے گی اس بیماری کو بڑھاوا ہم نے خود دیا ہے آج سے کچھ عرصہ قبل لوگ اس مرض سے نا آشنا تھے کیونکہ اس کا کہیں وجود ہی نا تھا کیونکہ ان کا توکل کامل تھا۔

اس بیماری کی دراصل تب افزائش ہوتی ہے جب ہمارے توکل میں کمی ہوتی ہے جوں جوں توکل کم ہوتا ہے توں توں بیماری نشونما پاتی جاتی ہے ہم فیصلوں میں اللہ پاک کی رضا قبول ہی نہیں کرتے اگر آج ہی ہم راضی بارضا بن جائیں جس طرح بننے کا حق ہے تو میں وثوق سے کہہ سکتی ہوں کہ یہ آپ کے قریب بھی نہیں پھٹکے گی...... جب ہمارا ایمان کمزور ہونے لگتا ہے تو شیطان کے وسوسے وجود میں آتے ہیں یہی وسوسے بعد ازاں ٹینشن کا محرک ہیں چھوٹی سے چھوٹی مصیبت میں ہمارے شکوے اپنا پٹارہ کھول کر بیٹھ جاتے ہیں آخر میں ہی کیوں؟ میرے ساتھ ہی ایسا کیوں؟ یہ ہمارے ہی الفاظ ہوتے ہیں حالانکہ اللہ قرآن پاک میں فرماتے ہیں ہر تنگی کے ساتھ آسانی لازم ہے مگر ہمارا دھیان اس کی طرف جاتا ہی نہیں ہے......

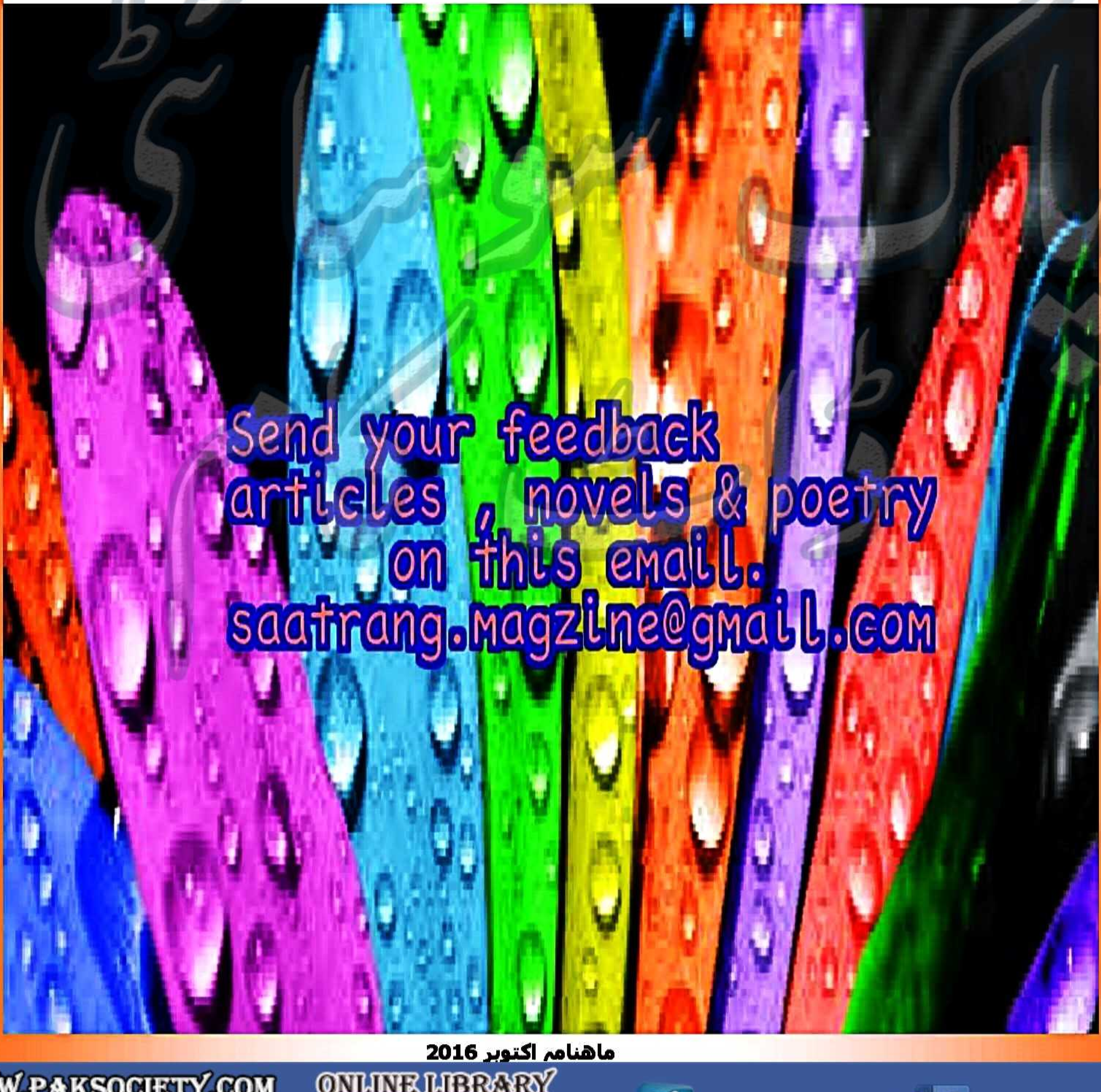
ہمیں تو اپنی مصیبت دنیا کی سب سے بڑی مصیبت نظر آتی ہے اور نتیجتا ہمارا واویلا شروع ہوتا ہے اگر ہم یاد رکھیں جب جب جو ہونا ہے وہ ہو کر رہنا ہے آزمائشیں بھی ہمارا امتحان ہیں ہر کام میں جب اللہ پاک اپنے بندے کی بہتری مدنظر رکھتا تو پھر

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

ٹینشن کس بات کی لی جائے اور کیونکر لی جائے؟ لیکن بات تو ساری یہ ہے کہ یقین کامل کی ہے۔ جس کی ہم میں کمی ہے اگر ہم ہی اس کمی کو دور نا کر پائے تو ہماری آئندہ نسل کا کیا ہوگا؟

لیکن بات تو ساری یہ ہے کہ یقین کامل کی ہے۔ جس کی ہم میں کمی ہے اگر ہم ہی اس کمی کو دور نا کر پائے تو ہماری آئندہ نسل کا کیا ہوگا؟ اندھیرے مقدر رہوں گے؟؟ ابھی بھی وقت ہاتھ سے کہیں گیا نہیں یقین کامل رکھیے اپنے اصلاح کیجئے تا کہ ہماری آئندہ نسلوں میں ٹینشن نامی مرض کا کہیں نام ونشان بھی نہ ملے.......... کیونکہ برائی کا طوفان جتنا بھی بڑا ہو نیکی کا ایک جھونکا ہمیشہ اس سے ایک قدم آگے رہتا ہے۔۔۔۔



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

غزل---

بھیڑ بھری اس دنیا میں۔
اک تو ہی ہے دم ساز پیا۔
مجھے سات رنگوں میں رنگ ڈالا،
تیرا عشق، بڑا رنگ ساز پیا۔
میری روح کے اندر گونجتی ہے،
بس اک تیری آواز پیا۔
میں دل سے تیرا دل چھو لوں،
کبھی یوں بھی بن ہمراز پیا۔
اب ہجر ہوا مجھ پر بھاری،
تو آ، وصال نواز پیا۔
میرے سب انجام بخیر ہوں گے،
جب تجھ سے کیا آغاز پیا۔
مجھے حسن و ادا سے کیا مطلب،
بس عشق میرا انداز پیا۔
اب دل پر میرے افشاء ہو،
اب کھول دے، سارے راز پیا۔

شاعرہ: نائیداختر بلوچ

غزل----

صبح سے دوپہر، دوپہر سے شام ہونے تک،
تیرا خیال آتا رہے گا زندگی تمام ہونے تک،
یہ تڑپ معمولی نہیں ہے اے صنم،
یہ تڑپ جاری رہے گی تیرا دیدار ہونے تک،
لوگ مجھے دیوانہ کہنے لگیں گے،
دیکھوں گا آخر تیرا رستہ کب تک؟
میرے صبر کو نہ آزمائے سراپۂ حسن،
میں انتظار کروں گا تیرا دل پگھلنے تک،
قسمت میں اگر یونہی بچھڑنا لکھا ہے،
میں تیرا نام لیتا رہوں گا قیامت ہونے تک،
تم جانتی نہیں میری مستقل مزاجی کو،
میں انتظار کروں گا تیرے وفا شعار ہونے تک،
اِک دن یونہی مر جاؤں گا تیرا نام لیتے لیتے،
میری میت بھی انتظار کرے گی تیرے آنے تک

شاعرہ: عریشہ سہیل، کراچی

نظم

ڈوبتے سورج کا منظر
ساحل کے پار
ایک سسکتا
تنہا گھر
دوسرے کنارے
محبتوں کی امین
ایک لکڑی کی کشتی
اس کے ساتھ
کھڑا ایک
ادھورا درخت
سنو جاناں!!!
یہ سب ہیں گواہ
میری محبت کے
تیرے ہجر میں
گزرے شب و روز کے..........................!!!!

شاعرہ: مون کنول۔

نظم

یار مہرباں میرے
دیکھ میرے ہاتھوں میں
یہ لہو سا کیسا ہے
کون کرچیوں صورت
اردگرد بکھرا ہے
کس نے میرے کاسے میں
یہ عذاب ڈالے ہیں
کس نے خواب چھینے ہیں
یہ جو میرے دامن پر
ایک داغ تہمت ہے
کون اس کا والی ہے
وقت تو سوالی ہے
کب کسی کی معافی ہے.....!!

شاعرہ: نائمہ غزل

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

نظم۔۔۔۔

امن کے عالمی دن پر دنیا کے ہر ذی شعور باسی کے نام

ایک نظم۔۔۔

محبت۔۔۔

چلو آؤ دنیا کے تمام شاعروں،
اب کے فاختاؤں کے پروں پر،
محبت بھری نظمیں لکھ کر،
انہیں مشرق، مغرب، شمال، جنوب،
کی چاروں سمت اڑاتے ہیں۔
چلو آؤ دنیا کے تمام مصوروں،
نفرت کی تمام دیواروں پر،
محبت پینٹ کرتے ہیں۔
چلو آؤ دنیا کے تمام کسانوں،
اب کے دنیا کی تمام زمینوں میں،
محبت کاشت کرتے ہیں،
چلو آؤ اسلحہ بیچنے والو،
اب کے اپنی تمام دکانوں پر،
خوفناک ہتھیاروں کے بجائے،
محبت کی خوشبو بکھیرتے ہیں،
سفید پھول بیچتے ہیں۔
آؤ دنیا کے تمام سائنسدانوں،
ایٹم بم بنانے کے بجائے،
اب کے محبت کا فارمولہ ایجاد کرتے ہیں۔
آؤ دنیا کے تمام انسانوں،
اب ہمیں یہ تسلیم کر لینا چاہئے،
کہ امن عالم کے لئے،
محبت سے بڑھ کر کوئی،
نسخہ کیمیا نہیں ہے۔۔۔۔۔

شاعرہ۔ناہید اختر بلوچ۔۔۔۔

سنو انسان بن جانا۔

سنو نادان بن جانا
اگر کوئی پتا پوچھے
گناہوں کے گڑھ کا
بھٹکنا مت
سنبھل جانا
نیکی کا پتا دینا
انجام سے ڈرنا
انجان بن جانا
انسان بن جانا۔

ازقلم۔انیلا مرتضیٰ۔ڈسکہ

نظم۔۔۔

ٹکڑوں میں بٹا ہوا
ماں کا لخت جگر جب سے میں نے
ہے جگر چھلنی، روح زخم زخم
وہ معصوم چہرہ میں کیسے بھلاؤں؟
باخدا! مجھے بھولتا ہی نہیں
سانحہ غزہ لکھوں تو کیا لکھوں؟
کس کس ظلم کی روداد لکھوں؟
گم اس سوچ میں ہوں
روداد ظلم لکھوں یا المیہ خودغرضی لکھوں
ہمیں تو عادت ہے
بھول جانے کی
چند شور مچاتے ہیں
پھر سب باتیں بھول جاتے ہیں
اب تم ہی بتاؤ
میں کیسے سانحہ غزہ لکھوں
میرا قلم بھی رو رہا ہے
میری آنکھیں برس رہی ہیں
لفظ ساتھ چھوڑ رہے ہیں
اور میری نظروں میں
ٹکڑوں میں بٹا ہوا
کٹا پھٹا
فقط وہ معصوم چہرہ بسا ہوا ہے
میں کیسے کوئی خوشی مناؤں؟
کہاں کی عید اور کیسی عید مناؤں؟
استحصال انسانیت پہ
میرا دل ہے ماتم کناں
میرا درد ہے درد بے انتہا
میرے درد کی دوا کہاں؟
میں بیمار سانحہ غزہ ہوں
میں بیمار سانحہ غزہ ہوں

شاعرہ: فاطمہ عبدالخالق فیصل آباد

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY
پاک سوسائٹی ڈاٹ کام

WWW.PAKSOCIETY.COM

محبت۔۔۔

مانگ خالی رہی
تو کیا غم ہے؟
دل پہ درد ہیں
بھرا ہے ناں؟
آنکھیں سپنوں سے نگاہ چراتی ہیں
روح بے کل سوال کرتی ہے
یہ عجب امتحان ہوا جس میں
زندگی، زندگی سے روٹھ گئی
اس، امید ہی سب چھوٹ گئی،
آرزو، آرزو سے نالاں ہے،
سانس بھاری ہے،
ہیں دھڑکنیں بوجھل،
اک بے نام سی اداسی ہے،
کیا کہیں اپنی بے نام اداسی پر ہم،
خود ہی چل کر گئے تھے مقتل میں،
پیار کا طوق خود ہی پہنا تھا،
میں ن سب خواہشوں کو ماردیا،
اک ہی محبت میں جیون ہار دیا۔

شاعرہ۔۔۔۔۔۔سباس گل (روز رائٹر)

نظم۔

آزادی کے مارچ ہمارے دیس میں ہیں
کچھ دشمن بھی سیدھے سادھے بھیس میں ہیں
کون دوبارہ قلم سے لڑنے آئے گا؟
اسی لیے سب حق کے لیے
اس ریس میں ہیں
شیشہ گر بھی ہم پہ پتھر پھینکیں گے
وہ بھی جو نامزد قتل کے کیس میں ہیں
اک پرچم کے سائے تلے کاش آجائیں ——
وہ فرقے جو بٹے ہوئے
اس دیس میں ہیں
ہم، تم یونہی لڑتے رہے تو گل
پہچانے گا کون؟
جو دشمن بھیس میں ہیں

شاعرہ۔۔۔۔۔۔سباس گل (روز رائٹر)

کورا کاغذ۔

بہت دیر سے بیٹھی ہوں
کورا کاغذ دیکھ رہی ہوں
سوچ رہی ہوں، کیا لکھوں؟
اس کی زبان سے کوئی ایسا لفظ نہ نکلا
جو دل کو چھو جاتا اور
کانوں میں رس گھولتا
ہونٹوں پہ مسکان سجاتا
وہ تو عشق میں کورا تھا
اس کا دل بھی کورا تھا
جس پہ میرے نام کا کوئی حرف نہیں تھا
وہ آنکھوں کا بھی کورا تھا
کہ ان آنکھوں میں، میرے نام کا سپنا نہ تھا
گل وہ تیرا اپنا نہ تھا
وہ اک کورا کاغذ تھا بس
جذبوں کے احساس سے عاری
لفظوں کی مٹھاس سے خالی
بس اک کورا کاغذ تھا وہ

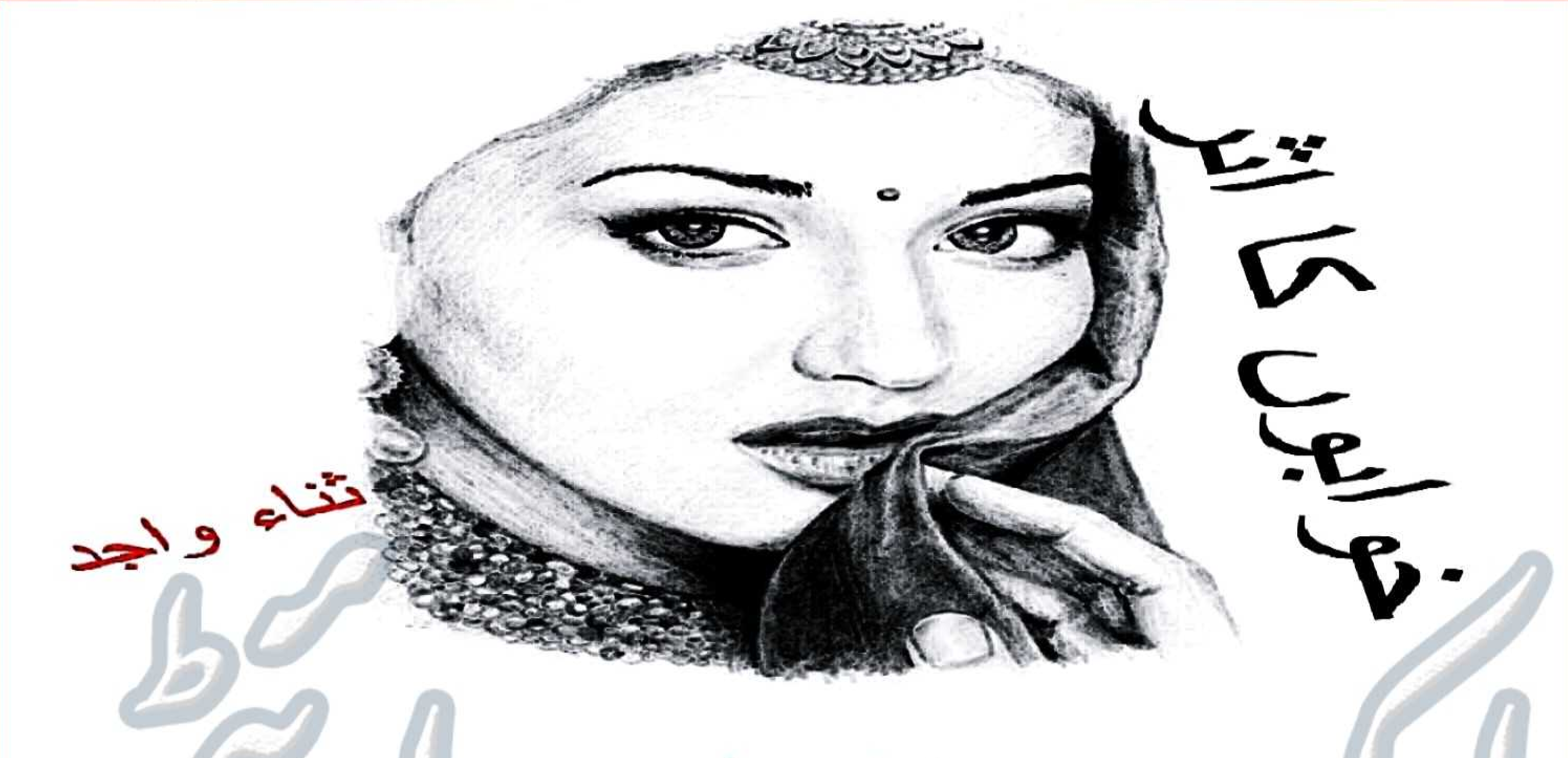
شاعرہ سُباس گل

گڈنائٹ۔

جب میں تیرے خواب میں
نیلی جھیل کنارے
اپنے زخموں کی ٹیسوں کو
تھپکی دے کر
صدیوں میلے خوف سے
ایک الجھن کی کائی دھوتا ہوں
اور جب کمرے کی تاریکی سے گھبرا کر
شب کے لان میں آ کر
گہرے سانس کھڑکی کھولتا ہوں
کمرے کی اندھی چھت
جالوں سے چپکی مکڑی سے کہتی ہے
چپ ہو جاؤ
اب سو جاؤ۔

شاعر پروفیسر کاشف شہزاد

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY



خوابوں کا اثر۔

ثناءواجد۔ فیصل آباد۔

وہ آگے پڑھنا چاہتی تھی، پر کیسے؟ اسے معلوم نہیں تھا، بس اتنا معلوم تھا وہ کچھ کرنا چاہتی ہے لیکن اسکے راستے بند تھے، کوئی کھلا در نظر نہیں آرہا تھا۔۔۔۔۔کوئی روشنی کی کرن نظر نہیں آتی تھی، کوئی دور سے اٹھتا دھندلا اجالا بھی نظر نہ آتا تھا، نظر آتا بھی کیسے ۔۔۔۔۔۔۔۔۔سب دروازے، تمام راستے تو بند تھے اپنے باپ، بھائی اور بے بس ماں کی وجہ سے، اپنی ذات برادری کے باندھے ہوئے گھٹن زدہ رسم ورواج کی وجہ سے۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔

آخر اپنے لئے راستہ بناتی بھی کیسے کوئی راہ، کوئی در کھلا ہوتا تو وہ اپنے لئے کوئی راستہ چنتی، کہیں کوئی رمک، کہیں روشنی چمکتی نظر آتی تو شائد طوفانی بارش کی مانند ان گھٹن زدہ رسم ورواج کے بند کو توڑ ہی دیتی۔۔۔۔۔۔

وہ پانچویں پاس تھی، آگے پڑھنا چاہتی تھی لیکن رسم ورواج سے بندھے ماحول نے آگے پڑھنے نہ دیا اسے، اس نے لاکھ منتیں کی۔۔۔۔۔گاوں کا نمبردار کہتا تھا لڑکیوں کا اتنا پڑھنا ٹھیک نہیں ہے لڑکیاں خراب ہوتیں ہیں۔۔۔۔۔منہ زور ہو جاتی ہیں، ایسا اکثر اس نے اپنے باپ کے منہ سے سنا تھا جو وہ اکثر اس کی ماں کو بتایا کرتا تھا اسی لئے باپ نے اسے اسکول سے اٹھوا دیا۔۔۔۔۔

بھائی نے جوش غیرت میں باپ کا ساتھ دیتے ہوئے باہر نکلنے پر پابندی لگا دی کہ لڑکی کی آگے شادی ہی کرنی ہے اس لئے گھرداری سیکھنا ضروری ہے سو ہانڈی روٹی اور سلائی کڑھائی سکھانے کی ذمے داری ماں نے بخوبی نبھائی۔۔۔۔۔مریم پہلے ہی ذہین تھی اس لئے وہ آرام سے گھرداری اور سلائی کڑھائی سیکھتی رہی۔۔۔۔۔وقت کے ساتھ ساتھ وہ گھر گرہستی میں ماہر ہوتی ہوگئی اور وقت پر لگا کر اڑتا گیا۔۔۔۔۔اب وہ سیانی ہو چکی تھی اور اس کی عمر بھی اتنی ہوگئی تھی کہ اب اسکی شادی کر دی جائے ۔۔۔۔۔شادی کے لئے ایک مرد ڈھونڈنا شروع کر دیا گیا۔۔۔۔۔۔

ہاں "مرد" وہ بھی پکی عمر کا اور ایسا جو اتنی کمائی کر سکتا ہو کہ مریم کے ماں باپ کو مریم کی منہ مانگی قیمت دے سکے اور مریم کو بیاہ کر لے جا سکے اس شرط پر کہ وہ صرف اور صرف اس مرد کی ہی ملکیت ہوگی اور اس کی مرضی کے مطابق زندگی گزارنا ہوگی چاہے وہ اسے ماں باپ سے ملنے دے یا نہ ملنے دے۔۔۔۔۔اس مرد کے حکم کی تعمیل اس بکنے والی لڑکی پر فرض تھا۔۔۔۔۔

یہ رواج تھا اس گاؤں کا جو مرد لڑکی بیاہ کر لے جانا چاہتا ہے وہ ماں باپ کو اس لڑکی کی قیمت ادا کرے اور مال مویشی کی طرح جیسے چاہے اپنے ساتھ رکھے۔۔۔۔۔

ان لڑکیوں پر کیا بیتی ہے یہ کسی نے سوچنے کی کبھی زحمت ہی نہیں کی تھی۔۔۔۔۔بس اپنے سر سے بوجھ اتارنا ہوتا تھا سو وہ اتار دیتے

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

تھے۔۔۔۔۔تبھی تو بیٹی کے پیدا ہونے پر اگر کبھی ماتم نہیں کیا جاتا تھا تو خوشیاں بھی نہیں منائیں جاتی تھیں۔۔۔۔۔

مریم کیا سوچتی ہے وہ کیا چاہتی ہے اس کی پرواہ نہ پہلے اس کے ماں باپ نے کی تھی اور نہ ہی اب پرواہ تھی۔۔۔۔۔مریم کے بھی کچھ خواب تھے جو چکنا چور ہو گئے تھے۔۔۔۔۔وہ ان خوابوں کو سمیٹنا چاہتی تھی لیکن ان خوابوں کو سمیٹنے کے لئے اسے یہ۔۔۔۔۔لیکن ان خوابوں کو سمیٹنے کے لئے اسے بہت ہمت چاہیے تھی جو شائد اس کے پاس نہیں تھی۔۔۔۔۔

آخر وہ وقت بھی آ گیا جب ایک مرد کی ملکیت سے نکل کر نکاح کے ذریعے دوسرے مرد کی ملکیت میں آ گئی تھی۔۔۔۔۔سترہ سال کی مریم چالیس سال کے مرد کی ملکیت بن گئی تھی۔۔۔۔۔اب وہی اس کے ساتھ ہونا تھا جو اس کی ماں کی قسمت میں لکھا تھا اس کا بس نہیں چلتا تھا کہ اپنی ایسی قسمت نوچ کر کہیں پھینک دے پر وہ بے بس تھی۔۔۔۔۔

وقت گزرتا گیا اللہ نے مریم کو پیاری سی بیٹی سے نوازا تھا۔۔۔۔۔اس کے آنے سے وہ اپنا غم تو بھول گئی تھی لیکن دل میں ایک کمک سی تھی جو اسے بے چین کیے رکھتی تھی" کیا یہ بھی دوسری مریم ہوگی؟ کیا اس کی قسمت میں بھی وہی لکھا ہوگا جو میری قسمت میں تھا اور جو میری ماں کی قسمت میں لکھا تھا ایسی باتیں سوچ کر اس کا دل ہول جاتا تھا اس لئے خود ہی سوال کر کے خود ہی جواب دینے لگ جاتی تھی" نہیں میں اس کی قسمت بدلوں گی میں اسے دوسری مریم نہیں بننے دوں گی۔۔۔۔۔"وہ اپنے بے چین دل کو تسلی دیتی تھی حالاں کہ اسے معلوم تھا کہ جو رواج نسل در نسل چلتے آ رہے ہیں نہ وہ کبھی رکے گیں اور نہ ہی ختم ہوں گے

۔۔۔۔۔لیکن ضروری نہیں کہ ہمیشہ ناامید کو ناامیدی اور مایوس کو مایوسی ہی ملے۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔

کہتے ہیں نا کہ اگر ارادے مضبوط ہوں تو منزل بھی آسان ہو جاتی ہے کہیں نہ کہیں راستہ بھی نکل آتا ہے اور روشنی بھی نظر آ جاتی ہے یا پھر شائد کوئی دکھی دل کے ساتھ دعا مانگی تھی جس سے قسمت مریم پر مہربان ہوگئی تھی، اسے موقع دینا چاہتی تھی اپنے خواب سمیٹے اور ان کی تعبیر حاصل کرنے کی کوشش کرے۔۔۔

مریم کے مرد کو دل کا مرض تھا جس کے لئے وہ گولیاں کھاتا تھا۔۔۔۔۔ایک دن طبیعت زیادہ خراب ہوگئی تھی بدقسمتی سے گولیاں ختم ہوگئیں تھیں یا کہیں رکھ کر بھول گیا تھا اسے یاد نہیں تھا اور گاؤں سے ہسپتال دور ہونے کی وجہ سے اسے پہنچنے میں دیر ہوگئی تھی۔۔۔۔۔جس کی وجہ سے وہ راستہ میں ہی دم توڑ گیا۔۔۔۔۔اب مریم کے سر پر کسی مرد کی ملکیت نہیں تھی بظاہر وہ سب کو دکھی نظر آتی تھی لیکن اندر ہی اندر وہ مطمئن تھی۔۔۔۔۔افسوس تھا تو اس بات کا کہ اس کی بیٹی کے سر پر باپ کا سایہ نہیں رہا۔۔۔۔۔

لیکن بیٹی کے اچھے مستقبل کے لئے یہ دکھ کوئی معنی نہیں رکھتا تھا۔۔۔۔۔

وہ سلائی کڑھائی بہت اچھے سے جانتی تھی اور اس میں ماہر تھی۔۔۔۔۔شہر سے ایک باجی آیا کرتی تھی جو گاؤں کی عورتوں سے کپڑے سلوایا کرتی تھیں مریم نے اس باجی سے بات کر کے کپڑے سینے شروع کیے پھر ان کی ہی مدد سے گاؤں چھوڑ کر شہر

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

آ گئی تھی اور یہیں باجی کے دیئے گئے چھوٹے سے ایک کمرے کے گھر میں رہائش اپنالی اور باجی جو سلائی کا کام اسے دیتیں وہ بخوبی انجام دیتی اسی طرح اپنی بیٹی کو اسکول میں بھی داخل مریم نے اس باجی سے بات کر کے کپڑے سینے شروع کیے پھر ان کی ہی مدد سے گاؤں چھوڑ کر شہر آ گئی تھی اور یہیں باجی کے دیئے گئے چھوٹے سے ایک کمرے کے گھر میں رہائش اپنالی اور باجی جو سلائی کا کام اسے دیتیں وہ بخوبی انجام دیتی اسی طرح اپنی بیٹی کو اسکول میں بھی داخل کروادیا...... آہستہ آہستہ اپنے ہنر اور محنت کی وجہ سے اپنا ہی ایک سلائی سینٹر کھولا اور بچیوں کو سلائی کڑھائی کا ہنر سکھانے لگ گئی......

وقت گزرتا گیا مریم کی بیٹی ایک بہت بڑی لیکچرار بن گئی تھی آج اس کا کالج میں لیکچرار کی حیثیت سے پہلا دن تھا......وہ اپنی ماں سے دعائیں لے کر گھر سے نکل چکی تھی......

اس کے جانے کے بعد مریم دوبارہ اپنے ماضی میں چلی گئی اور سوچنے لگی اگر اس وقت اپنی بیٹی کا مستقبل سنوارنے کے لیے اپنے مرد کی اس آخری گولی کو نکال کر نہ پھینکتی تو شائد اپنے خواب کی تعبیر کبھی نہ حاصل کر سکتی تھی جو اسے اپنی بیٹی کی صورت میں آج مل گئی تھی...... سچ کہا ہے کسی نے اپنے خوابوں کی تعبیر کے لئے بعض دفعہ بہت بھاری قیمت ادا کرنی پڑتی ہے......

WWW.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY
RSPK.PAKSOCIETY.COM FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

"بچپن کی مانگ"

کوثر جہاں_ کراچی

میں تو کب کا محبت نام کے آسیب سے پیچھا چھڑوا چکی تھی مگر یہ آسیب اتنا زور آور نکلا کہ میری جان ہی نہیں چھوڑتا . میں بھول گئی تھی کہ زخم جب ناسور بن جائیں تو لمحہ لمحہ اذیت دیتے ہیں مگر اپنی جگہ نہیں چھوڑتے , خوشی ہو غم ہو یہ کانٹوں کی طرح روح کو چھلنی رکھتے ہیں بس موت ہی ہے جو ان سے پیچھا چھڑا سکتی ہے , یہ محبت بھی ایک ناسور ہی تو ہے نہ چاہتے ہوئے بھی کرب میں مبتلا رکھتی ہے..............

ماہم نازش کو بتاتے ہوئے پھوٹ پڑی ـــــ نازش نے اس کے آنسو پونچھتے ہوئے اپنے ہینڈ بیگ کی طرف ہاتھ بڑھایا اور اس میں سے ایک تصویر نکالی_

یہ تصویر ــــــ ماہم حیران کن نظروں سے نازش کی طرف دیکھتے ہوئے بولی !

ہاں یہ تصویر........... جانتی ہو یہ کون ہیں؟

نہیں ـــ ماہم نے نفی میں سر ہلایا..............

یہ میرے کزن ہیں بچپن میں ان کے ساتھ میری نسبت طے کردی گئی تھی اس وقت بمشکل میں پانچ سال کی تھی ، میں شروع سے ہی یہ جانتی تھی کہ انہیں میرا ہمسفر بننا ہے اسلئے کبھی کسی کے بارے میں نا سوچا اور نا کسی کو اس نظر سے دیکھا........... جانتی ہو ماہم محبت میں شرک کی گنجائش نہیں ہوتی محبوب تو بس ایک ہوتا ہے اس کے بعد جو زندگی میں آئے وہ ساتھی ضرور کہلاتا ہے

....

ماہم کے ماتھے پر شکن اُبھر آئی تھی !ــــ کیا مطلب آپ کی اُن سے شادی نہیں ہوئی ؟

میرے دل میں پوری طرح سے ان کی تمنا پیوست ہو چکی تھی جیسے کہ پانی پڑ پڑ کے پتھر میں گڑھا ہو جائے مگر یہ راز دیر میں مجھ پہ منکشف ہوا کہ وہ تو ایسے پتھر تھے کہ میری بہتے پانی کہ دھارسی محبت کا بھی ان پر کوئی اثر نہ ہوا........... کیا مطلب آپی؟ ماہم نے دوبارہ حیرانی سے پوچھا..............

ہم کبھی ملے نہیں تھے ہاں مگر ہمارے اہل خانہ آپس میں ملا کرتے تو آنا جانا ہو جایا کرتا تھا, میں تو انہیں دور سے دیکھ کر ہی من ہی من خوش ہو لیا کرتی تھی, وہ بھی مجھے دیکھ کر مسکراتے تھے, انکا مسکرانا ہوتا تھا تو جیسے میرے اندر عجیب سی توانائی آجایا کرتی تھی, پتا ہے کوئی ایسا شخص آپ کی سمت مسکرا کر دیکھ لے جس کے روح سے ذات سے ہماری رگ رگ وابستہ ہو تو یوں لگتا ہے

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

پاک سوسائٹی خاص کیوں ہیں:-

ہائی کوالٹی پی ڈی ایف

ایڈ فری لنکس

ایک کلک سے ڈاؤنلوڈ

ڈاؤنلوڈ اور آن لائن ریڈنگ ایک پیج پر

کتاب کی مُختلف سائزوں میں اپلوڈنگ

ناولز اور عمران سیریز کی مُکمل رینج

Click on http://paksociety.com to Visit Us

پاک سوسائٹی کو فیس بُک پر جوائن کریں http://fb.com/paksociety

پاک سوسائٹی کو ٹوئٹر پر جوائن کریں http://twitter.com/paksociety1

پاک سوسائٹی کو گُوگل پلس پر جوائن کریں https://plus.google.com/112999726194960503629

ہمیں وزٹ کرنے کے لئے ہمارا ویب ایڈریس براوزر میں لکھیں یا گُوگل میں پاک سوسائٹی تلاش کریں۔

اپنے دوست احباب اور فیملی کو ہماری ویب سائیٹ کا بتا کر پاکستان کی آن لائن لائبریری کا ممبر بنائیں۔

اِس خوبصورت ویب سائٹ کو چلانے کے لئے ہر ماہ کثیر سرمایہ درکار ہوتا ہے، اگر آپ مالی مدد کرنا چاہتے ہیں تو ہم سے فیس بک پر رابطہ کریں۔۔۔

ہمیں فیس بک پر لائک کریں اور ہر کتاب اپنی وال پر دیکھنے کے لئے امیج پر دی گئی ہدایات پر عمل کریں:-

http://paksociety.com

جیسے ٹھنڈی چھاؤں سی نرمی پور پور میں اتر آئی ہو..................بس ہونہی دن رات گزرتے گئے...............اک روز وہ ہمارے گھر آئے ہوئے تھے سب باتوں میں مصروف تھے اور میں کچن میں چائے بنانے میں مصروف تھی کہا چانک میرے وہم وگمان سے ماوراوہ کچن میں آئے اور میرا نام پکارا.................

نازش!!!

ان کی پکار میں اپنا نام سن کر میرے وجود پر جیسے لرزہ طاری ہو گیا.............. یہ محبت ایسی ہی ہوتی ہے کبھی ایسا سکوت طاری کر دیتی ہے کہ خود سے مخاطب ہونے کے لئے بھی خود کو جھنجھوڑنا پڑتا ہے اور کبھی ایسی بے تاب کہ پاؤں بھی زمین پر ٹکنے نہیں دیتی..........

ماہم نازش کا ہاتھ تھامتے ہوئے بے چینی سے بولی! پھر کیا کہا انہوں نے؟

جب میرے ہوش بحال ہوئے تو پیچھے مڑ کر بس اتنا ہی کہہ پاء "جی"

کہنے لگے کیا تم نے کبھی محبت کی ہے؟

ماہم مسکراتے ہوئے بولی پھر آپ نے انہیں بتایا؟

ان کی بات سن کر میرے ہونٹ گلاب کی طرح کھل اُٹھے مجھے حد درجہ یقین ہو چلا تھا کہ اب وہ وقت آ گیا ہے جب میری سماعتیں اپنے من چاہی لفظوں سے محظوظ ہو سکیں گی,

صدیوں کی تنہائی سہتا میرا یہ دل اب تنہا نہیں رہیگا.............اس وقت میں ایک ایسے خیال میں تھی کہ ایک شہزادی پھولوں سے لہلہاتے باغ میں اک انمول خوبصورت پھول کی طرف مسکرا کر دیکھ رہی ہو اور وہ بس تھوڑی ہی دیر میں اس کی دسترس میں آنے والا ہو.....................

مگر انہوں نے میرے خیالات میری سوچ سے پرے جواب دیا رسماً بھی نہیں پوچھا کہ کس سے؟ بلکہ بہت ہی معمولی انداز میں کہا کہ اچھا! پھر دبی سی مسکراہٹ میں کہنے لگے میں نے بھی کی ہے!

میں بھلا پوچھے بنا کیسے رہ پاتی؟ محبت جو تھی.......... کیسے برداشت کرتی کہ میرے علاوہ اُن کے ہونٹوں پر کسی اور کا نام جھلملائے, عجب یقین اور بے یقینی کی کیفیت مجھ پر حاوی تھی یقین بھی تھا کہ میرے علاوہ کوءنہیں اور خوف بھی کہ کوئی اور نہ ہو.............

اسی اثناء میں نادن پوچھ بیٹھی کس سے؟ کون ہے وہ؟

ماہم پھر سے بات کاٹتے ہوئے بولی, پھر؟ پھر کیا کہا انہوں نے؟

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

نازش کی آنکھوں میں آنسو اُمڈ آئے وہ میرا نام نہیں تھا!!

اُس لمحے میرے وجود میں جھلمل کرتے وہ سارے چراغ بجھ گئے جو بچپنے سے ان کے نام جلائے رکھے تھے جیسے ایک اندھی آندھی آئے اور کسی کا مال و متاع سب اُڑا لے جائے اور دور دور تک بیابان دشت چھوڑ جائے............

ابھی ایک لمحہ پہلے تو فلک کی اونچائیاں دسترس میں محسوس ہو رہی تھیں اور اب زمیں کی گرمائش روح کو ریزہ ریزہ کر رہی تھی.......... مجھے یوں محسوس ہو رہا تھا جیسے قوس وقزح کے رنگ آنکھوں میں سمائے کسی کے قرب کی بارش میں نہاتی لڑکی تن تنہا جلتے صحرا میں آن کھڑی ہو اور سورج کی چبھتی روشنی سے اپنا چہرہ چھپا رہی ہو..............

یہ کہتے ہوئے نازش کی آواز بھرّانے لگی اور وہ خاموش ہو گئی ماہم کی ہمت بھی ٹوٹ گئی کہ وہ آگے کچھ پوچھتی...........

نازش کچھ دیر کے سکوت کے بعد ماہم سے مخاطب ہوئی............ میں چپ سادھے کھڑی سالوں اُن کی آرزو میں بتائے ہوئے لمحوں کا حساب ہی کر رہی تھی کہ میرے سامنے چٹکی بجا کر بولے۔ تمہیں بھلا کس سے محبت ہے؟؟

میں نے ہمت پکڑی اور ضبط کو جھنجھوڑا جو کہ آج سے پہلے مجھ میں سویا ہوا تھا اور نگاہ آسمان کی جانب اُٹھا کر کہا اُسی سے جو اپنے بندوں سے ستر ماؤں سے زیادہ پیار کرتا ہے.............وہ مسکرائے اور کہا تم میری کزن ہو اور مجھ سے چھوٹی کوئی بہن نہیں تو سوچا تم سے اپنے دل کی بات کہہ لوں............ میں خاموشی سے چائے کی ٹرے لے کر باہر چلی آئی............ ماہم بے ساختہ..........بولی مگر آپ نے انہیں بتایا کیوں نہیں؟؟؟

جب میں جان ہی چکی تھی کہ میری محبت اُن کے لئے ساحل پہ لکھے ہوئے نام کی طرح ہی ہو گی میں کتنا ہی لکھنے کی کوشش کروں اُسے مٹنا ہی ہے تو کیوں میں اپنے نام کی اپنے جذبوں کی توہین کرواتی............ میں زندگی بھر کبھی سُرخرو نہیں رہ پاتی ایسا کر کے..........

اس بات کو پانچ سال بیت چکے ہیں وہ اپنی زندگی میں خوش ہیں اُنکی شادی وہیں ہوء جہاں وہ چاہتے تھے......بس ہمارے بڑوں کے جملے آج بھی میرے کانوں میں گونجتے ہیں

"نازش تو ہماری مانگ ہے اسے تو ہم ہی لے کر جائینگے"

اور جب وقت آیا تو یوں کہہ کر ٹال دیا کہ بچے اب بڑے ہو گئے ہیں ان پر اپنے فیصلے تھوپنا ٹھیک نہیں یہ اپنا اچھا برا سمجھ سکتے ہیں.........کاش وہ شروع میں ہی ایسے فیصلے لینے سے پہلے سوچ لیں کسی کی زندگی کے قیمتی سال اپنی مٹھی میں دبائے ہوا میں اُچھال دینے سے اُن کا تو کچھ نہیں جائے گا مگر کوئی اُس وجود کی روداد بھی پوچھے جو اُن کی وجہ سے ریزہ ریزہ بکھر گئی ہو.........

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

افسانہ: ہم

تحریر: محمود ظفر اقبال ہاشمی

"میں کافی دیر سے نوٹ کر رہا ہوں۔۔۔آپ اس کاغذ پر ایک سطر لکھ کر جس طرح اس اے سی سلیپر کی چھت کی طرف دیکھ کر سوچنے لگتے ہیں، لگتا ہے یا تو آپ کوئی معمّہ حل کر رہے ہیں یا پھر شاعری لکھ رہے ہیں!"

کوٹری جنکشن سے جب ٹرین ایک بار پھر رینگنے لگی تو بالآخر تین گھنٹے کی مسلسل خاموشی کے بعد گفتگو کی گاڑی بھی دھیرے دھیرے رینگنے لگی۔ہم دونوں اس ایکسپریس ٹرین کے اے سی سلیپر میں دو تنہا مسافر تھے۔ہم دونوں کی عمریں تقریباً ایک سی تھیں۔۔۔چالیس سے ذرا آگے اور پچاس سے ذرا پیچھے۔۔۔ہم دونوں کے چہروں پر وقت نے ملتی جلتی داستانیں اور تقریباً ایک سی تاریخ درج کر رکھی تھیں۔فرق تھا تو صرف رنگت کا۔۔۔اس کے سانچے کو کوزہ گر نے ذرا زیادہ مہارت سے بنایا تھا اور میں ٹوٹا ہوا کاسہ لگتا تھا۔کراچی سے کوٹری تک سفر کے دوران ابھی تک ہم دونوں نے رسمی سلام دعا کے علاوہ گنتی کی محض دو چار مسکراہٹیں بہت کنجوسی کے ساتھ ایک دوسرے پر خرچ کی تھیں۔ہماری یکساں منزل لاہور ہنوز دُور است تھا!

"آپ کو کیسے پتہ چلا کہ میں شاعری لکھ رہا ہوں؟"

"آپ کی آنکھوں میں تیرتی نمی دیکھ کر۔۔۔تاڑنے والے قیامت کی نظر رکھتے ہیں صاحب۔۔۔ایک زمانہ ہو گیا زمانے کو دیکھتے ہوئے۔۔۔مگر معاف کیجیے گا مجھے شاعری، اس کے علمبرداروں اور اس کے متاثرکنندگان سے کبھی دلچسپی نہیں رہی۔۔۔اگر آپ محسوس نہ کریں تو میں یہاں تک کہہ سکتا ہوں کہ شاعری دنیا کا بیکار ترین مشغلہ اور شاعر حضرات دنیا کی سب سے نان پریکٹیکل مخلوق ہیں۔۔۔جس محبوب کی تعریف میں یہ کوہ قاف، چاند، ستاروں، پھولوں، پہاڑوں اور چشموں سے تشبیہات اور استعارے ڈھونڈ ڈھونڈ کر لاتے ہیں۔۔۔شادی کے صرف دو سال بعد وہ اور ان کی محبت سب چاہ یوسف میں گر کر گم ہو جاتے ہیں۔۔۔وہی محبوب جب شادی سے پہلے کی کوئی بات انہیں یاد دلانے کی کوشش کرتا ہے تو بیزاری سے پہلو بدلتے ہوئے یہ کہہ کر سو جاتے ہیں 'پلیز خود بھی سو جاؤ اور مجھے بھی سونے دو۔۔۔آج بہت تھک گیا ہوں!'"

مکرم بیگ نے واشگاف رنگین قہقہہ لگایا جس میں میری بے مہر سی پھیکی مسکراہٹ دب کر رہ گئی۔

"ویسے اس عمر میں شاعری کا مجھے ایک ہی مطلب سمجھ میں آتا ہے۔۔۔یا تو آپ پروفیشنل شاعر ہیں اور کسی مشاعرے میں اپنے نئے کلام کا رعب یہ سوچ کر جمانے جا رہے ہیں کہ دیکھو تخیل اب بھی میرے ذہن کی دہلیز پر اُترتا ہے۔۔۔ورنہ اس عمر میں نہ تو آپ کوئی نیا محبوب افورڈ کر سکتے ہیں اور نہ ہی کوئی احمق اپنی بدہیئت بیوی کے لئے سخن وری کر سکتا ہے!"

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

'مکرّم صاحب۔۔۔اس دنیا میں گنے چنے ایسے احمق اب بھی موجود ہیں جو اپنی بد ہیئت بیوی کے لئے شاعری کرتے ہیں!'

'ناممکن۔۔۔بیوی پر شادی کے بعد شاعری ہو ہی نہیں سکتی۔۔۔یہ شوہروں کی جبلّت اور نفسیات دونوں کے خلاف ہے۔۔۔بیوی جب تک محبوبہ ہوتی ہے تو وہ ایک غیر مفتوحہ علاقہ ہوتی ہے۔۔۔جب علاقہ فتح ہو جاتا ہے تو فوجیں آگے بڑھ جاتی ہیں۔۔۔انسان کی possession of sense اسے پیچھے مُڑ کر اسے اس نظر سے دیکھنے ہی نہیں دیتی۔۔۔میری بیوی کو بھی یہی مہلک بیماری تھی۔۔۔اسی بیماری سے مر گئی بیچاری!'

یہ کہتے ہوئے مکرّم نے بے پرواہی سے اپنی نظریں پاگلوں کی طرح قہقہے لگاتے، پیچھے کو بھاگتے ہوئے منظروں کی طرف مرکوز کر لیں۔۔۔اور ایک مَیں تھا کہ اس کا آخری جملہ سن کر میرا اُوپر کا سانس اُوپر اور نیچے کا سانس نیچے رہ گیا۔

'آپ کا مطلب ہے کہ آپ کی وائف۔۔۔' مجھ سے یہ ایک چھوٹا سا جملہ بھی مکمل نہیں ہو پایا۔

'میڈیکل پوائنٹ آف ویو سے وہ ابھی زندہ ہے۔۔۔مگر میرے لئے کب کی مر چکی!' وہ مسلسل کھڑکی سے باہر دیکھ رہا تھا۔ اس کا برف میں لگا لہجہ جنوری کی خنکی کی طرح یخ بستہ تھا!

'مَیں آپ کی بات پوری طرح سمجھ نہیں پا رہا ہوں مکرّم صاحب۔۔۔کیا آپ مجھے کچھ تفصیل بتانا پسند کریں گے؟'

'مختصر سی کہانی ہے۔۔۔محبت کی شادی تھی۔۔۔پانچ سالوں میں اس نے تین بچے تو پیدا کر لئے مگر اس کے روایتی محبوباؤں والے چونچلے نہیں گئے۔۔۔وقت وقت کی بات ہے۔۔۔ہر شے کا اپنا ایک دَور ہوتا ہے۔۔۔دَور گذر جائے تو تاریخ بن جاتا ہے۔۔۔اور ماضی میں رہنے والوں کا حال ہمیشہ بُرا اور مستقبل ہمیشہ تاریک ہوا کرتا ہے۔۔۔ذرا غور کیجیے تین بچوں کی بتیس سالہ عورت جس کا محض پانچ سالوں میں سر کے بالوں، آنکھوں سے لے کر فگر تک سب کھنڈر بن چکا ہو اگر وہ بار بار آپ کو نظروں کے پہلے تصادم کا لطف، پہلی بار بارش میں اکٹھے بھیگنے کی سرشاری، دھند میں ایک دوسرے کی ہتھیلیاں تھام کر سرمئی کہرے میں پہلی بار اُترنے کے تجربے اور شادی کے پہلے چند ماہ کے دوران وصل و سرور سے لبریز دن اور راتیں یاد دلائے گی تو ایک مارکیٹنگ اینڈ سیلز مینیجر جس کے دل و دماغ پر صرف ماہانہ ٹارگٹ سوار ہو وہ کیسے اتنی بڑی منافقت کر سکتا ہے۔۔۔اس بات پر وہ مجھ سے اکثر لڑنے لگی، بات بات پر مجھے بدل جانے کی طعنے ملنے لگے اور جب اس کا اِیگو ساتویں آسمان پر جا پہنچا تو چھ ماہ پہلے شدید جھگڑا کر کے بچوں سمیت اپنے والدین کے گھر نوابشاہ چلی گئی۔۔۔مَیں نے بھی پلٹ کر خبر نہیں لی۔۔۔اب تو علیحدگی کی دھمکیاں بھی دینے لگی ہے۔۔۔بھاڑ میں جائے وہ اور یہ بور ترین موضوع۔۔۔یوں لگتا ہے منہ میں کڑوا بادام آ گیا ہو۔۔۔چلیے چینل تبدیل کرتے ہیں۔۔۔آپ کا چینل کیا کہتا ہے۔۔۔۔۔اپنے تجربے کی بنا پر مَیں آپ کے متعلق ایک اندازہ بالکل درست لگا سکتا ہوں۔۔۔یہ شاعری کم از کم آپ اپنی بیوی کے لئے نہیں کرتے۔۔۔مجھے تو

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

آپ یہ بتایئے کہ وہ کون تھی جو ابھی تک آپ کی شاعری میں چنگاری کی طرح سلگ رہی ہے؟'

مَیں کچھ دیر مکرّم کا چہرہ غور سے دیکھتا رہا اور مسکرا کر اپنے دل کے پرانے ورق پھر سے کھولے۔

'مکرّم صاحب۔۔۔ یہی موسم تھا۔۔۔ٹھنڈی ٹھنڈی دھوپ کا موسم جب مَیں نے گھنی بیری کے تلے تنہا کھڑی گھنیری پلکوں والی اس انجان لڑکی کو اپنی روح سونپ دی تھی۔۔۔ہم ایک دوسرے کی ذات میں اُترے تو پھر واپسی کا راستہ بھول گئے۔۔۔ محبت میں ایک مقام ایسا بھی آیا کہ ہم ایک دوسرے کے مدار بن کر ایک دوسرے کے ارد گرد گھومنے لگے۔۔۔ہم یہ بھول گئے کہ کبھی ہم الگ الگ نام رکھنے والے دو بالکل مختلف خطوں کے دریا تھے۔۔۔جب ہم ایک سمندر میں گرے تو ہم نام، ہم ذات، ہم پہلو، ہم رنگ، ہم سر، ہم قدم اور ہم نفس ہو گئے۔۔۔یہ اس کی والہانہ محبت کا ہی کمال تھا کہ میرے دل و دماغ کے نہاں خانوں میں مقید تخیل سخن وری کی شکل میں باہر نکل کر صفحۂ قرطاس پر بکھرا۔۔۔اس کی محبت نے ہی میرے قلم میں دنیا کے لئے محبت، امید اور سچائی کی روشنائی بھری۔۔۔اس کی محبت نے ہی میرے لہجے میں دوسروں کی فکر کی روشنی بھری۔۔۔اس کی محبت نے ہی مجھے ایک بہتر انسان بنایا، مجھے پارسا رکھا مجھے پارسا رکھا اور مجھے اُونچی اُڑان سکھائی!'

'تو پھر کیا ہوا تھا؟۔۔۔وہ کہاں کھو گئی؟'مکرّم نے جس ملتجانہ لہجے میں یہ سوال پوچھا اس لہجے میں لوگ صرف وضاحتیں دیتے ہیں۔

'وہ ہمیشہ کی طرح آج بھی یہاں رہتی ہے!'مَیں نے اپنے دل کی طرف اشارہ کیا۔

'مطلب؟'

'مطلب یہ کہ یہ اس کا اصل گھر ہے۔۔۔سچی محبت کا اصل گھر دل کے سوا ہو ہی نہیں سکتا۔۔۔محبت صنوبر کے کسی بلند پیڑ کے مخروطی پتے پر لرزاں، برستی ہوئی بارش کا کوئی قطرہ نہیں ہے کہ ایک جھونکے سے بے نام اتھاہ گہرائیوں میں ہمیشہ کے لئے گم ہو جائے۔۔۔سچی محبت کی اتنی ہی عمر ہے جتنی اس کائنات کی۔۔۔یہ کسی کیلنڈر کا صفحہ تھوڑا ہی ہے کہ مہینہ ختم ہوتے ہی کوئی اسے ہمیشہ کے لئے پلٹ دے گا۔۔۔محبت آگے، اطراف نیچے، اُوپر اور پیچھے ایک سی ہیئت رکھتی ہے۔۔۔یہ تو خدا کا پرتو ہے اور اسی لئے اسے ہمیشہ رہنا ہے، ہر جگہ رہنا ہے اور ہمیشہ ایک سا رہنا ہے۔۔۔تغیر، انا، منطق محبت کی ضد ہیں۔۔۔آپ نے محبت کو جسم میں ڈھونڈا اسی لئے اس کی روح کو نہیں پا سکے۔۔۔مجھے جب اس لڑکی سے محبت ہوئی تب وہ بارہ برس کی تھی۔۔۔بارہ برس کی تکلیف دہ ریاضت کے بعد وہ میرے گلے میں سُر کی طرح پکی تو میری آواز میں نور بن کر اُتری۔۔۔ آج بارہ برس ہو گئے ہماری شادی کو۔۔۔مجھے اس نے اتنی محبت دی کہ بارہ بار بھی پیدا ہو کر لوٹانا چاہوں تو نہیں لوٹا سکتا۔۔۔بارہ دن سے وہ اپنے والدین کے گھر ہے اور مجھے لگتا ہے کہ بارہ صدیاں پہلے اسے دیکھا تھا۔۔۔مجھ سے دُور ہو

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

جائے تو میرے ہراساں چہرے پر ہر وقت بارہ بجے ہوئے نظر آتے ہیں۔۔۔محبت میں جو پیچھے مڑ کر نہیں دیکھ سکتا وہ زندگی میں کبھی آگے نہیں بڑھ سکتا۔۔۔ساٹھ ستّر برس کی ایک بار عطا ہونے والی زندگی میں کوئی محبت کرنے والا اگر جسم کے پار دیکھنے میں کامیاب ہو گیا وہی اس کی روح اور گہرائی ناپ سکتا ہے ورنہ سمجھ لیجیے ساری زندگی اس نے محبت کو ایک پراڈکٹ سمجھا۔۔۔اس کے خواص کو جانے بغیر، اس کے ingredients کو سمجھے بغیر اس کی مارکیٹنگ کی۔۔۔یہ نظم مَیں ہمیشہ کی طرح صرف اپنی شریکِ حیات کے لئے ہی لکھ رہا تھا کیونکہ میری نظمیں ساری دنیا کے لئے نہیں ہیں۔۔۔لیجیے آپ بھی پڑھیئے!'

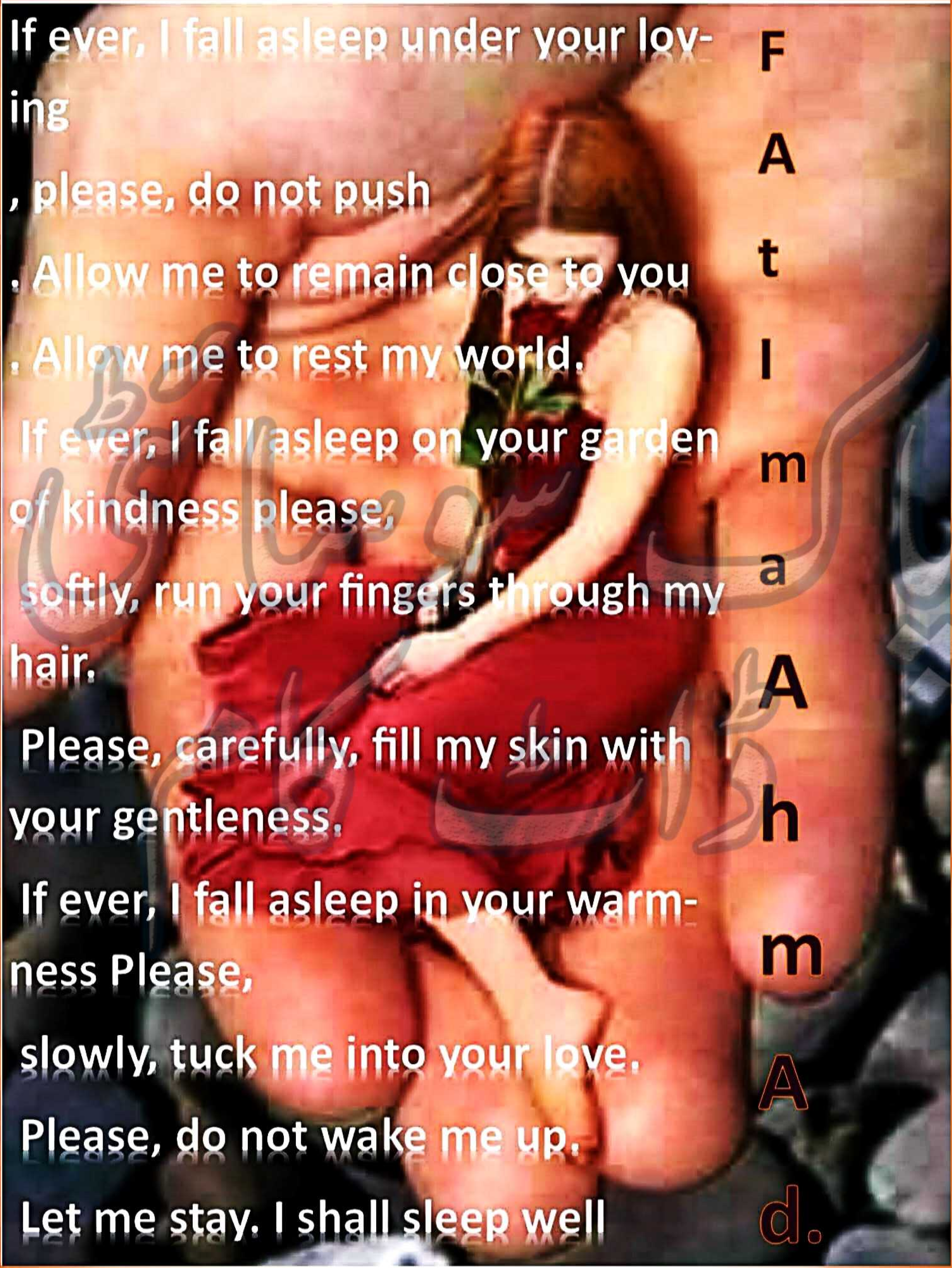
مَیں نے تو ہمیشہ کی طرح پوری سچائی کے ساتھ اپنے دل کی کتھا مکرّم بیگ کے سامنے بیان کی تھی مگر نجانے کیا ہوا اس کے چہرے کا موسم بدل سا گیا۔ اس نے خالی نظروں سے مجھے دیکھتے ہوئے میرے ہاتھ سے اس صفحے پر لکھی ہوئی نظم پڑھی اور اس کے بعد گویا اے سی سلیپر میں سب آوازیں یکا یک دم توڑ گئیں۔ مکرّم بیگ سرما کی کہرے میں لپٹی رات کے پچھلے پہر کی طرح چپ ہو گیا۔ نواب شاہ سٹیشن پر ٹرین رُکی تو مَیں کچھ دیر ہوا خوری اور ٹانگیں سیدھی کرنے کے لئے نیچے اُترا۔ واپس اپنے کمپارٹمنٹ میں آیا تو مکرّم بیگ اور اس کا بریف کیس دونوں غائب تھے۔ گاڑی رینگنے لگی تو مَیں بے اختیار کھڑکی سے باہر دھیرے دھیرے پیچھے سرکنے والے ان گنت چہروں میں اسے ڈھونڈنے لگا مگر وہ کہیں بھی نہیں تھا۔ دفعتاً میری نظر گہری سبز رنگت کی سیٹ پر پڑے اس صفحے پر پڑی جو مَیں نے اسے اپنی لکھی ہوئی نظم پڑھنے کے لیئے دیا تھا۔۔۔میری نظم اسی جگہ دھری تھی اور اس کی ابتدائی لائنوں میں میری محبت مشکبار تھی:

محبت پا لینے سے پہلے
کبھی نہاں، کبھی فغاں ہے
پا لینے کے بعد
مسلسل امتحاں ہے۔۔۔

صفحے کو پلٹ کر دیکھا تو شکستہ لفظوں میں میرے لئے مکرّم کا پیغام درج تھا۔۔۔

'آپ نے درست کہا۔۔۔محبت میں جو پیچھے مڑ کر نہیں دیکھ سکتا وہ زندگی میں کبھی آگے نہیں بڑھ سکتا۔۔۔میرا اسٹیشن آ گیا ہے۔۔۔وہ اسی شہر میں رہتی ہے۔۔۔آپ سے نہ ملتا تو کبھی نہ جان پاتا کہ وہ کس قدر شدت سے میری منتظر ہے۔۔۔محبت کا یہ امتحان اب کتنا بھی مسلسل ہو، نئے سرے سے محنت کروں گا۔۔۔اس میں پھر سے بیٹھوں گا!'

WWW.PAKSOCIETY.COM RSPK.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY



If ever, I fall asleep under your lov-
ing
, please, do not push
. Allow me to remain close to you
. Allow me to rest my world.
If ever, I fall asleep on your garden
of kindness please,
softly, run your fingers through my
hair.
Please, carefully, fill my skin with
your gentleness.
If ever, I fall asleep in your warm-
ness Please,
slowly, tuck me into your love.
Please, do not wake me up.
Let me stay. I shall sleep well

FAtIma AhmAd.

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

Silent Road Of Truth

The long road which she has to walk alone.
Even the brown sparrows
Back towards their nests had gone
No lamppost to guide the way,
But pebbles were thrown by people
to make the destiny more far away.
The darkness of numbness,
The shadow of sadness,
The pain of lonliness...
The unwanted tear...
The unseen fear...
All she has to bear
By walking on the silent road of truth

But at the end of road
She could see
A wonderland
Where she always dreamt to be
Imagining about dazzling world of paradise
It has became easy for her to make a choice
"Alice wants to be in her wonderland"
She whispered thoroughly
And then started that journey
Which has always been choosen by people
very rarely

Umm E Shafia

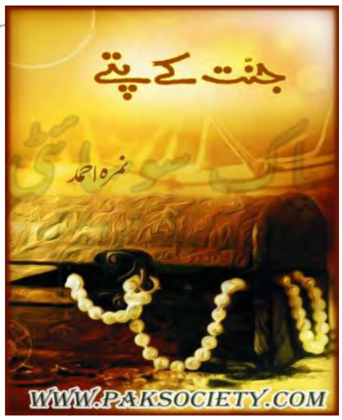
WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

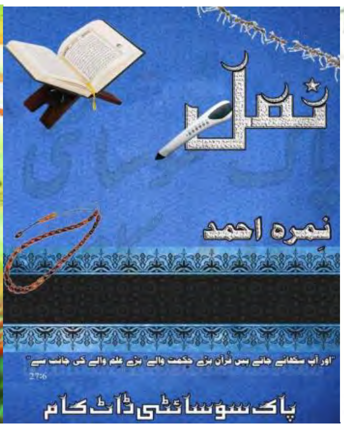
Caged Bird

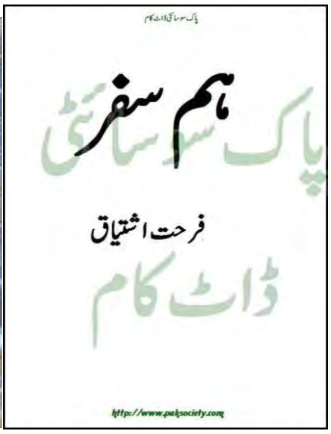
Her tears were falling
down on a stone
Imprisoned in a cage she
was feeling alone
Gathering the scattered
pieces of broken dreams
She was trying to stop
the voice of her screams
Hiding the wistfulness in
her eyes
She was soothing her
heart with beautiful lies
Wondering about her
obscure fate
She was trying to forget
her grief that was great
Unwillingly she accepted her
defeat in life
She thought, from this world
she cannot hide
She expelled herself from the
world of happiness
She felt around her, a layer
of sadness
Leading in this world a miser-
able life
She found death more pain-
less and quick
Last time putting a fake smile
on her face
She had decided finally to
quit
But suddenly Someone whis-
pered in her ears
Have you forgotten the
greatest hope (Allah)

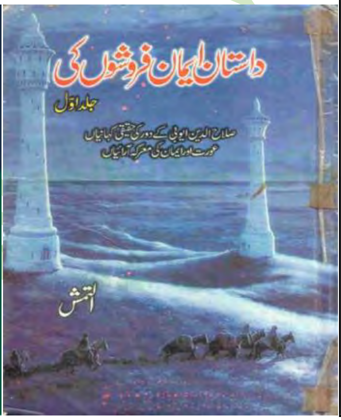
WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

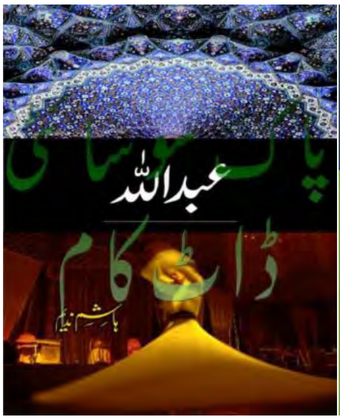
پاک سوسائٹی ڈاٹ کام پر موجود آل ٹائم بیسٹ سیلرز:-

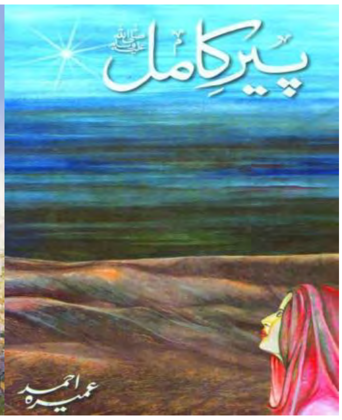


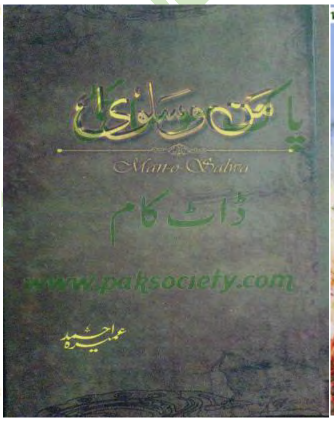


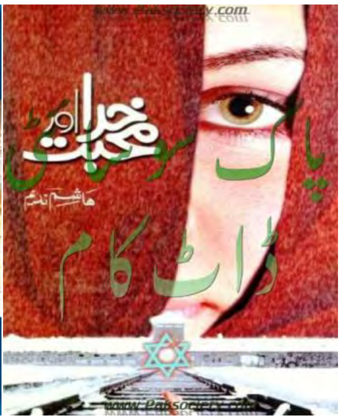


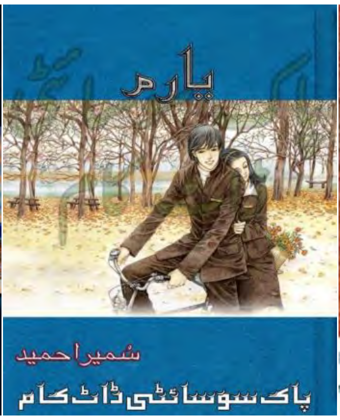


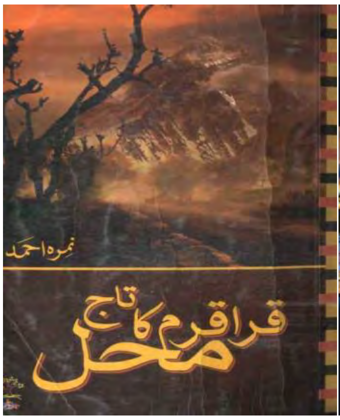












http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com

WWW.PAKSOCIETY.COM

The clouds are dark,
behind them is a moon
Why don't you tell
Him, your unbearable
pain
Who is more near to
you then your jugular
vein
Find Him, call Him, He
will heal your wounds
Every sorrow, every
pain and grief disap-
pears
When His love and
mercy banish all fears
She wiped her tears,
stood holding His Rope
Above the dark sky,
she found a shining
Hope
The gate of the cage
opened with a shiny
ray
To meet the Lord of
heavens, she found a
way
She thanked her Lord
He'd not let her go
astray
Then the caged bird
flew happily very far
away.

_____Umm E Shafia

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

روتی خوشی

ازقلم حفصہ فیصل

ذہین کہنا تو اسکی توہین کرنے کے مترادف تھا.......... فطین کا لفظ کچھ حق ادا کرتا نظر آتا تھا...... وقاص جس چیز کو ایک دفعہ دیکھتا وہ اسکو ازبر ہو جاتی.......... اسی صلاحیت نے اسے گورنمنٹ اسکول میں ہوتے ہوئے بھی شہرت دے دی تھی..... والدین اپنے سپوت کو رشک کی نگاہ سے دیکھتے تو استاد فخر کی نظر سے.......... وقاص تمغے اور سندیں سینے پر سجاتا آگے بڑھتا گیا.......... وہ بہت آگے.......... بہت آگے کے سپنے آنکھوں میں سجائے چلتا جا رہا تھا کہ اچانک.......... بہت اچانک وہ لڑکھڑا گیا.......... زندگی نے پہلے ہی اسے غربت کی مار ماری ہوئی تھی...... مگر اسنے اس غریبی کو اپنی جوتوں کی نوک پر رکھا، کبھی احساس کمتری میں مبتلا نہ ہوا.......... اسے یقین تھا کہ ایک نہ ایک دن وہ اس غربت کو شکست فاش سے دو چار کر دے گا.......... مگر آہ مگر!!! وہ وقت آنے سے پہلے ہی وہ ڈھ گیا.......... غربت دور کھڑی اسکی بے بسی پر ہنستی رہی.......... برین ٹیومر کی تشخیص اور دس لاکھ کی خطیر رقم کا بندوست ناممکن تھا.......... رشک بھری والدین کی نگاہیں اب ترس کے آنسوؤں سے لبریز تھیں.......... فخر کرنے والے اساتذہ گردن جھکائیں بے بس تھے.......... اور ذہین و فطین وقاص موت سے جنگ کرتا ہوا زندگی ہار بیٹھا.......... وہ ارادے، وہ عزم سب مٹی کے ساتھ مٹی ہو گئے!!

آج ملتان انٹر بورڈ نے نتائج کا اعلان کر دیا تھا.......... جس میں اول پوزیشن وقاص احمد نے حاصل کی تھی.......... وہ وقاص جو اب لحد میں جا سویا تھا.......... اور اب روتی خوشی کے آنسو بھل بھل بہہ رہے تھے......

WWW.PAKSOCIETY.COM ONLINE LIBRARY
RSPK.PAKSOCIETY.COM FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

محبت اوس کی صورت

نوریہ مدثر۔سیالکوٹ۔

داد و آپ تھک گئے ہوں گے یہ لیں پانی پیجیے........."

میں کھیتوں سے واپس آیا تو میرا پسینہ پونچھتے دو ننھے ہاتھ مجھے پانی کا گلاس پکڑا رہے تھے..........

داد و! کیا یہ سچ ہے کہ جب ہم پانی ابالتے ہیں تو اس میں سے آنی والی آوازیں ان جراثیموں کی چیخیں ہوتی ہیں جو اس میں مر رہے ہوتے ہیں؟"

داد و! چاچا فیکے کا بیٹا کہہ رہا تھا کہ پانی کا آدھا گلاس خالی نہیں ہوتا بلکہ ہوا سے بھرا رہتا ہے!"

داد و بالی اپنی بہن کو چڑیل بولتا ہے پر چڑیلیں اتنی پیاری تو نہیں ہوتی نا"

حسب معمول میرے گھر واپس آتے ہی آیان اپنے سوالوں کا پٹارا کھول چکا تھا اور میں اس کے سوالوں کا باری باری جواب دیتے اپنی تھکن اتارتے سوچ رہا تھا.......... کہ ابھی اس کے ماں باپ کو دنیا سے گئے سال بھی نہیں ہوا پر اس نے مجھے کیسے سنبھال لیا ہے.......... میرا خیال، میری پرواہ بالکل اپنے باپ جیسے کرتا ہے...... شاید حادثے انسان کو وقت سے پہلے ہی بڑا کر دیتے ہیں..........

وہ مسلسل باتیں کرتا اپنا سامان باندھ رہا تھا کیونکہ میں نے کل صبح پہلی بس سے ہی اسے اس کے ماموں کے گھر چھوڑنا تھا جو شہر میں رہتے تھے.......... میں نہیں چاہتا تھا کہ اس کے ننھے ہاتھ یہاں گاؤں کی مشقت سہیں.......... زمین کے چھوٹے سے ٹکڑے کو پانی دیتے اسے دھوپ میں اپنا رنگ سانولا کرتے میں کیسے دیکھ سکتا تھا؟ سو اس کی بہتری کے لئے مجھے اسے خود سے دور کرنا پڑ رہا تھا..........

..........اگلے روز اسے شہر چھوڑ آیا.......... میں اس کے لئے اب دوگنا کام کرنا شروع کر چکا تھا..........

××××××××××××××

"داد و آپ فکر نہ کریں بس اپنا خیال رکھا کریں.......... ورنہ تو میں آپ سے ناراض ہو جاؤں گا"

ہمیشہ کی طرح آیان نے واپس شہر جانے سے پہلے کہا.......... وہ جانتا تھا کہ اس کے ناراض ہو جانے والی دھمکی کارگر ہے..........

سو ابھی تک اسی وجہ سے میں اپنا خیال رکھتے آیا تھا.......... صرف اسی کی خاطر اسی کی خوشی کے لئے تو ابھی تک جی رہا

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

تھا.........پچھلے پندرہ سالوں میں سکول سے لے کر کالج آنے تک وہ صرف ظاہری شکل وصورت سے ہی بدل پایا باقی اس کے احساس، فکر، پرواہ کرنے میں رتی بھر فرق نہیں آیا تھا.............وہ اپنے زرعی یونیورسٹی میں داخلے کا بتانے آیا تھا.........کہ وہ اپنی مٹی کو شاداب دیکھنا چاہتا ہے تاکہ پھر کبھی کسی کو اس کے والدین کی طرح زہریلی دوا والی سبزی کھا کے جان نہ گنوانی پڑے......

وقت پر لگا کے اڑتا گیا.........آیان کے نت نئے مشوروں پہ عمل کرنے سے میری زمین کی فصل خوب سے خوب تر

.........آیان کے نت نئے مشوروں پہ عمل کرنے سے میری زمین کی فصل خوب سے خوب تر ہوتی چلی گئی..............اور پورے تین سال بعد جب وہ اپنی تعلیم مکمل کر کے ہمیشہ کے لئے گاؤں کو لوٹا تو تب تک میں "چوہدری کرم دین" بن چکا تھا..............

×××××××××××××××

"دیدہ و دل میں ترے عکس کی تشکیل سے ہم

دھول سے پھول ہوئے، رنگ سے تصویر بنے

جوں ہی مری آنکھوں میں مجسم عکس کامل نے سکوت شب کی تال پہ جھوم کے مری روح سے جھانکا تو ان ساعتوں میں مجھ پہ وارد ہوئی آگہی پہ مرا دل رب کائنات کو سجدہ شکر ادا کرتے کہنے لگا

ہاں اس زمیں پہ کوئی چیز آسمانی ہے تو وہ "محبت" ہے...........

اس ذات نے میرے دل میں جس ذات سے محبت کا بیج ڈالا ہے جس کے لئے میرا وجود بے معانی ہے..............پر میرا دل میرے رب کی عطا سے راضی ہے...........میرے لئے یہی کافی ہے کہ اس نے مجھے بھی اس راہ کا مسافر بنایا.........."

میں کھڑکی سے پار ستاروں کے جھرمٹ میں گھرے چاند کو چھوتی ہوا کی سرگوشی میں نمیرہ کے لفظوں کی مہک محسوس کرنے لگا جو اس نے میرے لئے لکھے تھے..............

میرا دل سکون سے بھرتا جا رہا تھا اور میں سمجھ چکا تھا کہ دادا نے یہ فیصلہ کیوں لیا..................

شہر سے واپس آنے کے کچھ ماہ بعد ہی دادا نے میرے دوست بالی کی بہن سے میرا رشتہ طے کر دیا تھا.............میں ذرا تذبذب کا شکار تھا..........آج شام میں بالی کے گھر کھیر دینے گیا تو مجھے اس کی ڈائری ملی اور چند صفحات پڑھتے ہی میں آیان سب سمجھ گیا.................آیان کے نت نئے مشوروں پہ عمل کرنے سے میری زمین کی فصل خوب سے خوب تر ہوتی چلی گئی.................اور پورے تین سال بعد جب وہ اپنی تعلیم مکمل کر کے ہمیشہ کے لئے گاؤں کو لوٹا تو تب تک میں

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

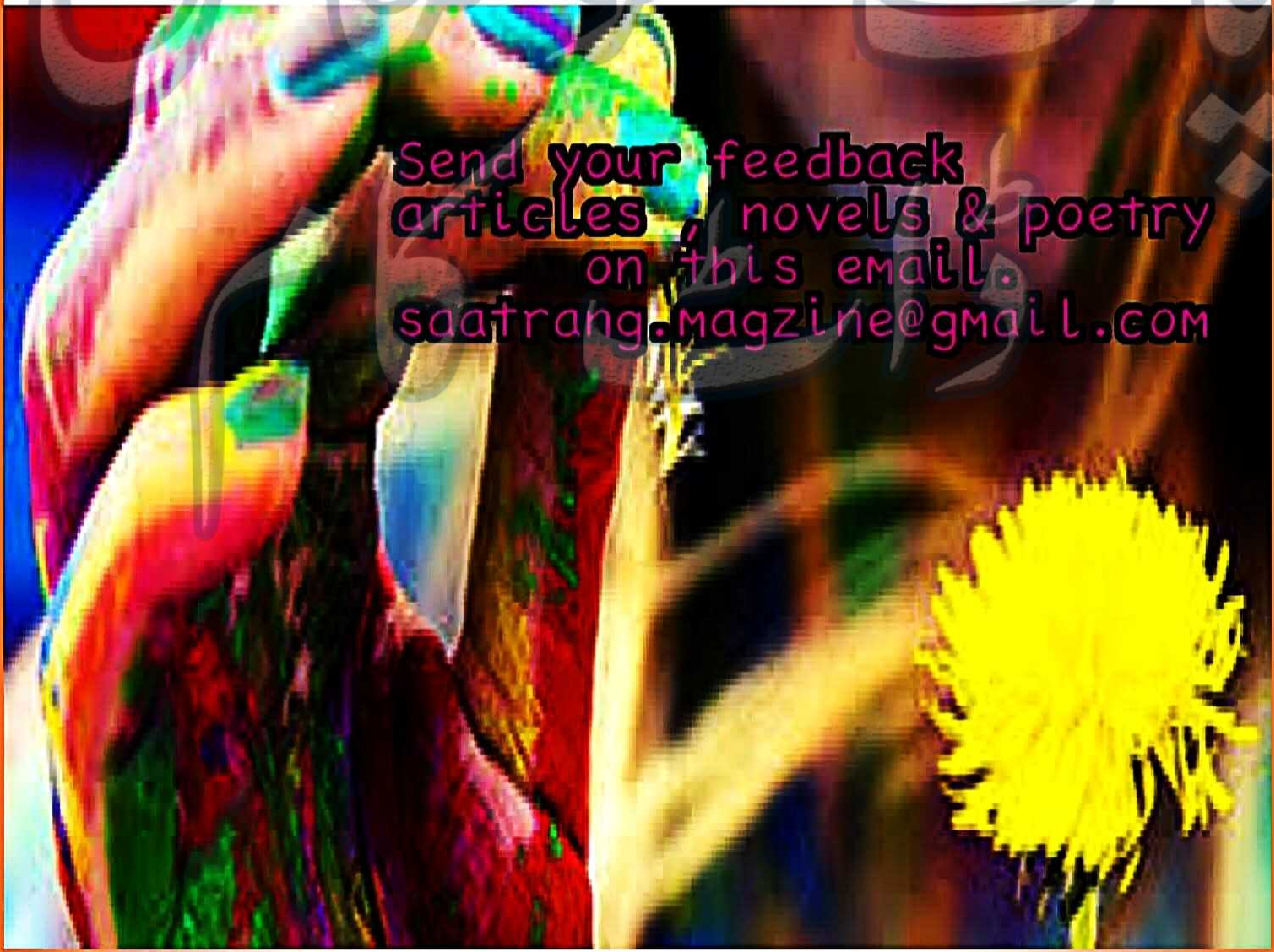
"چوہدری کرم دین "بن چکا تھا..................

xxxxxxxxxxxxxxx

باہر ڈھولک کی تاپ پہ لڑکیوں بالیوں کا شور عروج پہ تھا..........نئی حویلی میں چوہدری کرم دین کے پوتے کا آج تیل پڑنا تھا..........ساری حویلی دلہن کی طرح سجائی گئی تھی..........ملازموں کی فوج مہمانوں کی تواضع کرنے میں پیش پیش تھی..............اپنے یار دوستوں کے مذاق سنتے آیان پہ پیلا کرتا خوب جچ رہا تھا......اور اس سارے شور شرابے سے پرے چوہدری کرم دین اپنے کمرے میں نم زدہ آنکھوں سے بیتا وقت یاد کرتے سوچ رہے تھے کہ

" کڑے وقت کی اک اک گھڑی گن گن کے گزرتی ہے اور وقت بدلتے ہی یوں لگتا ہے جیسے وہ ساری گھڑیاں صرف خواب تھی جو گزر گئیں ....آج میرا سفر پورا ہو گیا ہے..........آیان کی تعلیم و تربیت سے لے کر اس پہ سہرہ سجنے تک، قدم قدم پہ خدا ساتھ دیتا رہا..........آج آیان کو گلے لگایا تو میری بوڑھی آنکھوں سے نکلتا پانی یہی کہتا رہا،

محبت اوس کی صورت............."



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

حقارت

آسیہ شاہین۔ چکوال

رشنا اخلاق سے عاری تھی۔اسے معلوم ہی نہ تھا کہ اخلاق کیا ہوتا ہے۔اوراس بد اخلاقی کے کیا نتائج ہو سکتے ہیں۔ کیونکہ اس کی زبان درازی کے پیچھے ایک المیہ تھا۔ جس نے اس کی زبان کی تمام گرہیں کھول کر اسے بدزبان کر دیا تھا۔ سب اسے بد زبان کہہ کر پکارنے لگے جس پر وہ چڑھ کر سب کو مزید گالیاں دیتی۔ یہ حساس طبعیت کی نازک کلی دن بدن اپنے ہی لوگوں کے ہاتھوں پستیوں میں گرتی جا رہی تھی۔۔اس سب میں رشنا کا قصور نہ تھا وہ پہلے ایسی نہ تھی۔وقت اور حالات نے اس کو ایسا بنا دیا تھا۔وہ جب دس بارہ سال کی تھی تو اسکے ابو کی وفات ہوگئی،اس کی ماں کی دوسری شادی کروا دی گئی۔اس شخص کے بھی بچے کافی بڑے تھے۔بڑی بہن کشف نے اس پر رعب جمانہ شروع کر دیا۔وہ ہر بات پر اسے خوب ڈانٹتی اور اسے ہر وقت برا بھلا کہتی۔گھر میں سب سے بڑی کشف اس کے بعد رشنا کا نمبر تھا۔تیسرے نمبر پر زری اور چوتھے نمبر پر ان کا بھائی مصحف تھا۔ماں کی وفات کے بعد ظلم اور بڑھنے لگا ہر بات کا الزام رشنا پر دھر کر تینوں بہن بھائی اس کی خوب درگت بناتے۔آج بھی رشنا سے کپڑے دھو کر پھیلاتے ہوئے ایک کپڑا زمین پر گر گیا تو آپی نے دیکھ لیا
۔وہ شدید غصے میں دوڑتی آئی اور پوری بالٹی مٹی پر انڈیل دی اور سب کپڑے مٹی میں لت پت کر دیے اور رشا کو بہت غصہ آیا۔وہ گالیاں بکنے لگی۔اسی زبان درازی پر آپی اسے بالوں سے گھسیٹ کر اندر لے گئی۔اندر جا کر دروازہ لاک کیا اور اتنا مارا اتنا پیٹا کہ رشنا کی چیخیں آسمان ہلانے لگیں۔رشنا ابھی بھی زبان چلا رہی تھی۔وہ مسلسل اسے پیٹتی جا رہی تھی۔اور ساتھ بول رہی تھی اونچا چیخو اور اونچا رو۔اسی دوران رشنا کے ہاتھ اور پاؤں مڑنے لگے۔اور وہ پانی مانگنے لگی۔جس پر آپی نے دروازا تو کھول دیا۔مگر پانی نہ دیا تینوں بہن بھائی ہنسنے لگے کہ ڈرامہ دیکھو۔کیا اچھی فلم کرتی ہے۔رشنا کو سب دھندلا دکھائی دے رہا تھا ۔سب ہنستے جا رہے تھے اور وہ بے بس سی پڑی پانی پانی پکار رہی تھی۔۔اور اس وقت اس کے ذہن میں خودکشی کا خیال آیا۔ایسے رویے چاہے کسی بھی رشتے مثلا بہن بھائی۔ساس بہو۔استادشاگرد۔والدین اور بچے یا کسی ادارے کے سربراہ اور ورکرز کے درمیان یا کہیں بھی کسی بھی شکل میں تحقیر آمیز رویے انسانیت کی دھجیاں بکھیر کر رکھ دیتے ہیں۔ہمیں رویے تبدیل کرنے کی ضرورت ہے رویے اگر مثبت ہوں تو مثبت تبدیلیاں آئیں گی۔منفی رویے انسان۔قوم اور ملک سب تباہ کر دیتے ہیں۔

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

ایک پیغام اپنے پیاروں کے نام۔

ترتیب۔ ریما نور رضوان ۔کراچی۔

میری جان میری گڑیا ریما نور رضوان جو مجھے بہت ریسپکٹ دیتی ہے میرا بہت مان رکھتی ہے......اللہ پاک تمہیں بہت کامیابیاں دیں۔
اپنوں کے نام پیغام میں سب سے پہلا نام......ریما کا............
فہمیدہ غوری..........کراچی

نرمین نعیم سرھیو۔حیدرآباد پاکستان
پیارے قاریوں کے نام۔
تکلیف میں اپنے احساس کرتے ہیں، دکھ میں اپنے ساتھ دیتے ہیں لیکن یاد رکھو یا اپنے اس وقت اپنے نہیں رہتے جب انسان ہر وقت دکھوں کو شور مچاتا اور ہر ایک سے ہمدردی بٹورتا جائے۔

عامر خان کے نام۔
اسلام علیکم! امید کرتی ہوں خیریت سے ہوں گے۔ زندگی بعض اوقات ایسے پیارے لوگوں سے ملوا دیتی ہے کہ اپنی قسمت پر رشک آتا ہے ،الحمد اللہ ایسی حسین قابل رشک قسمت میں نے پائی ہے...... عامر بھائی آپ اللہ کی طرف سے بھائی کی صورت میں میرے لیے ایک تحفہ ہیں......میں کبھی بھی آپکو نہیں کھونا چاہتی......آپکے بنا میری پہچان سوکھے دریا کے جیسی ہے......آپ نے مجھے کچھ کرنے کے قابل بنایا......آپ کا حسن اخلاق، پرخلوص محبت آپ کا ساتھ میرا عظیم سرمایہ ہے......اگر مجھے میری کسی اچھائی کا صلہ دنیا میں ملا ہے تو صرف آپکی صورت میں......اللہ آپکو، بھابھی کو، امی ابو کو سب کو ہمیشہ خوش رکھے......اللہ آپکو عزت اور کامیابیوں سے نوازے......آمین
اللہ حافظ......
نادیہ خان بلوچ۔

"فیس بک کی تمام رائٹر سکھی سہیلیوں کے نام پیغام"
السلام علیکم میری تمام پیاری پیاری بہنو........................
امید کرتی ہوں کہ تم سب خیریت سے اور خوش باش ہوگیں......آج میں اس میگزین کے توسط سے تم سب سے مخاطب ہوں...... جب میں نے فیس بک کی اس چم چم کرتی اور جگمگاتی "جادونگری" میں قدم رکھا تو بہت سارے لوگوں نے میرے اس فیصلے کو فضول اور وقت کا ضیاع

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

قرار دیا......اور فیس بک کی روشنی اور چمک دمک کو مصنوعی اور آنکھوں کے دھوکے سے تشبیہ دی......اور یہاں موجود لوگوں کو "فیک "اور کئی چہرے والا کہا......میں یہ بات تسلیم کرتی ہوں کہ یہاں بھی کچھ دہرے معیار کے لوگ موجود ہیں......مگر ان کا تناسب بھی دنیا میں موجود لوگوں کے تناسب کی طرح ہے کیونکہ دنیا میں بھی ہمارے اردگرد اچھے اور برے دونوں لوگ موجود ہیں......اور اللہ پاک کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ مجھے فیس بک پر ایک سے بڑھ کر ایک اچھی اور مخلص دوست ملی......جن کے ساتھ بہت کم وقت میں ایک قلبی تعلق جڑ چکا ہے......جن کی خوشی سے میں خوش اور ان کی تکلیف سے رنجیدہ ہو جاتی ہوں......اکثر جب کوئی پیاری بہنا میسج کر کے کہتی ہے کہ میرا نیا افسانہ شائع ہوا ہے یا میری نظم پڑھ کر رائے دیں......یا اپنی کوئی تحریر مجھ سے ڈسکس کرتی ہے......

یا اپنی ذاتی زندگی کے حوالے سے کوئی بات کرتی ہے......خوشی سے یہ بتاتی ہے کہ اس کے بھائی کی شادی ہے تو پھر اس وقت مجھے بہت خوشی ہوتی ہے اور پھر اس بات کا احساس بھی ہوتا ہے کہ "رشتے اگر اپنائیت اور خلوص کے ہوں تو دوریاں کوئی معنی نہیں رکھتیں......ہم سب سکھیاں دور رہ کر بھی ایک دوسرے سے جڑی ہیں......اور ہمارا رشتہ انمول اور اٹوٹ بندھن کی طرح ہے......اس لیے فیس بک پر موجود میری تمام رائٹر سکھی سہیلیو تم سب میری فیملی کا حصہ ہو اور میرے دل میں رہتی ہو......اس لیے میری رائٹر سکھیوں، شہزادیوں اور پریوں کے لیے بہت ساری دعائیں اور محبتوں بھرے سلام......

دعا ہے یہ پیارا تعلق ہمیشہ قائم رہے......آمین

تمہاری سکھی......ناہید اختر بلوچ......

ریما نور رضوان کا پیغام،

تمام دوستوں کے نام۔

بچپن میں 1 روپے کی پتنگ کے پیچھے 2 کلومیٹر تک بھاگتے تھے......نہ جانے کتنی چوٹیں لگتی تھیں......

اور وہ پتنگ بھی ہمیں بہت دوڑاتی تھی......آج پتہ چلتا ہے، کہ در اصل وہ پتنگ نہیں تھی؛ وہ ایک چیلنج تھا......

خوشیوں کو حاصل کرنے کے لئے دوڑنا پڑتا ہے......کیونکہ، خوشیاں دکانوں پر نہیں ملتیں......

شاید یہی زندگی ہے......!!!

جب بچپن تھا تو جوانی ایک خواب تھا......

جب جوان ہوئے تو بچپن ایک خوبصورت یاد بن گیا......!!

جب گھر میں رہتے تھے، آزادی اچھی لگتی تھی......آج آزادی ہے، پھر بھی گھر جانے کی جلدی رہتی ہے......!!

اسکول میں جن کے ساتھ جھگڑے تھے، آج ان کو ہی انٹرنیٹ پہ تلاش کرتے ہیں......!!

خوشی کس میں ہوتی ہے، یہ پتہ اب چلا ہے......

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com http://paksociety.com

پاک سوسائٹی پر موجود مشہور و معروف مصنفین

عُمیرہ احمد	صائمہ اکرام	عُشنا کوثر سردار	اشفاق احمد
نمرہ احمد	سعدیہ عابد	نبیلہ عزیز	نسیم حجازی
فرحت اشتیاق	عفت سحر طاہر	فائزہ افتخار	عنایت اللّٰہ التمش
قُدسیہ بانو	تنزیلہ ریاض	نبیلہ ابر راجہ	ہاشم ندیم
نگہت سیما	فائزہ افتخار	آمنہ ریاض	مُمتاز مُفتی
نگہت عبدُاللّٰہ	سباس گُل	عنیزہ سید	مُستنصر حُسین
رضیہ بٹ	رُخسانہ نگار عدنان	اقراء صغیر احمد	علیم الحق
رفعت سراج	اُمِ مریم	نایاب جیلانی	ایماے راحت

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام پر موجود ماہانہ ڈائجسٹس

خواتین ڈائجسٹ، شُعاع ڈائجسٹ، آنچل ڈائجسٹ، کرن ڈائجسٹ، پاکیزہ ڈائجسٹ، حناء ڈائجسٹ، رِدا ڈائجسٹ، حجاب ڈائجسٹ، سسپنس ڈائجسٹ، جاسُوسی ڈائجسٹ، سرگُزشت ڈائجسٹ، نئے اُفق، سچی کہانیاں، ڈالڈا کا دسترخوان، مصالحہ میگزین

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی شارٹ کٹس

تمام مُصنفین کے ناولز، ماہانہ ڈائجسٹ کی لسٹ، کِڈز کارنر، عمران سیریز از مظہر کلیم ایم اے، عمران سیریز از ابنِ صفی، جاسُوسی دُنیا از ابنِ صفی، ٹورنٹ ڈاؤنلوڈ کا طریقہ، آن لائن ریڈنگ کا طریقہ،

ہمیں وزٹ کرنے کے لئے ہمارا ویب ایڈریس براؤزر میں لکھیں یا گُوگل میں پاک سوسائٹی تلاش کریں۔

اپنے دوست احباب اور فیملی کو ہماری ویب سائیٹ کا بتا کر پاکستان کی آن لائن لائبریری کا ممبر بنائیں۔

اِس خوبصورت ویب سائٹ کو چلانے کے لئے ہر ماہ کثیر سرمایہ درکار ہوتا ہے، اگر آپ مالی مدد کرنا چاہتے ہیں تو ہم سے فیس بک پر رابطہ کریں۔۔۔

بچپن کیا تھا، اس کا احساس اب ہوا.........

جب ہم اپنے شرٹ میں ہاتھ چھپاتے تھے اور لوگوں سے کہتے پھرتے تھے میں نے اپنے ہاتھ جادو سے ہاتھ غائب کر دیے.........

جب ہمارے پاس چار رنگوں سے لکھنے والی ایک قلم ہوا کرتی تھی اور ہم سب کے بٹن کو ایک ساتھ دبانے کوشش کیا کرتے تھے.........

جب ہم دروازے کے پیچھے چھپتے تھے تا کہ اگر کوئی آئے تو اسے ڈرا سکیں.........

جب آنکھ بند کر سونے کا ڈرامہ کرتے تھے تا کہ کوئی ہمیں گود میں اٹھا کے بستر تک پہنچا دے.........

سوچا کرتے تھے کی یہ چاند ہماری سائیکل کے پیچھے پیچھے کیوں چل رہا ہے.........

فریج آہستہ سے بند کر کے یہ جاننے کی کوشش کرتے تھے کے اس روشنی کب بند ہوتی ہیں.........

بچپن میں سوچتے ہم بڑے کیوں نہیں ہو رہے؟ اور اب سوچتے ہیں ہم بڑے کیوں ہو گئے۔

ریما نور رضوان۔کراچی السلام علیکم۔

میرا پیغام ان عزم، ویقین بھری لڑکیوں کے نام۔عدیلہ سلیم۔کہکشاں صابر۔علینہ ملک کے نام انھوں نے ادب کو چار سو پھیلانے کا عہد کیا اور با خوبی اک شمارہ ترتیب دیا، جسکا نام بھی منفرد اور خاص رکھا۔ست رنگ آن لائن میگزین سات رنگوں سے مزین ہے یہ میگزین دوستی۔خلوص۔چاہت۔۔ادب۔۔لحاظ۔علم۔عمل۔یہ سب رنگ اس ست رنگ آن لائن میگزین میں ملیں گے۔میری دعا ہے کہ یہ میگزین ترقی، عزت، کامیابی سے ہمکنار ہو۔اس کاوش کو آگے بڑھانا، مزید ترقی دینا ہماری بھی ذمہ داری ہے ہمارا فرض ہے کہ ہم اس میں اپنی لکھی شاعری۔افسانہ، آرٹیکل شائع کروائیں۔اس میگزین کے لیے ڈھیر ساری نیک تمناؤں اور خواہشات کے ساتھ ڈھیر ساری دعائیں۔

میم سیدہ ریحانہ بشری کے نام۔

بہت مختصر وقت میم کے ساتھ گزارا اور اک یادگار وقت کے ساتھ ساتھ بہت ساری محبت بھی نمل میں سمیٹ کر میں منزل مقصود کے لیے تیار ہوئی......جس کے لیے میں میم کی شکر گزار ہوں مجھے سمجھ نہیں آ رہا میم محبت بھرا اخراج تحسین کیسے پیش کرو کیونکہ جذباتیت میں مرے لفظ خود کشی کر لیتے ہیں.........اللہ پاک سے آپ کے لیے ہمیشگی والی خوشیوں کامیابیوں کی دعا.........

دعاؤں کے ساحل پر رخسار رشید کشمیری جدہ سعودی عرب۔

بھیگی شاموں کی یادوں میں یاد تم کر لینا

سنہری دھوپ کی چھاوں میں یاد تم کر لینا

پلکیں بھگونا کبھی، کبھی اداس تم ہو جانا

WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY

WWW.PAKSOCIETY.COM

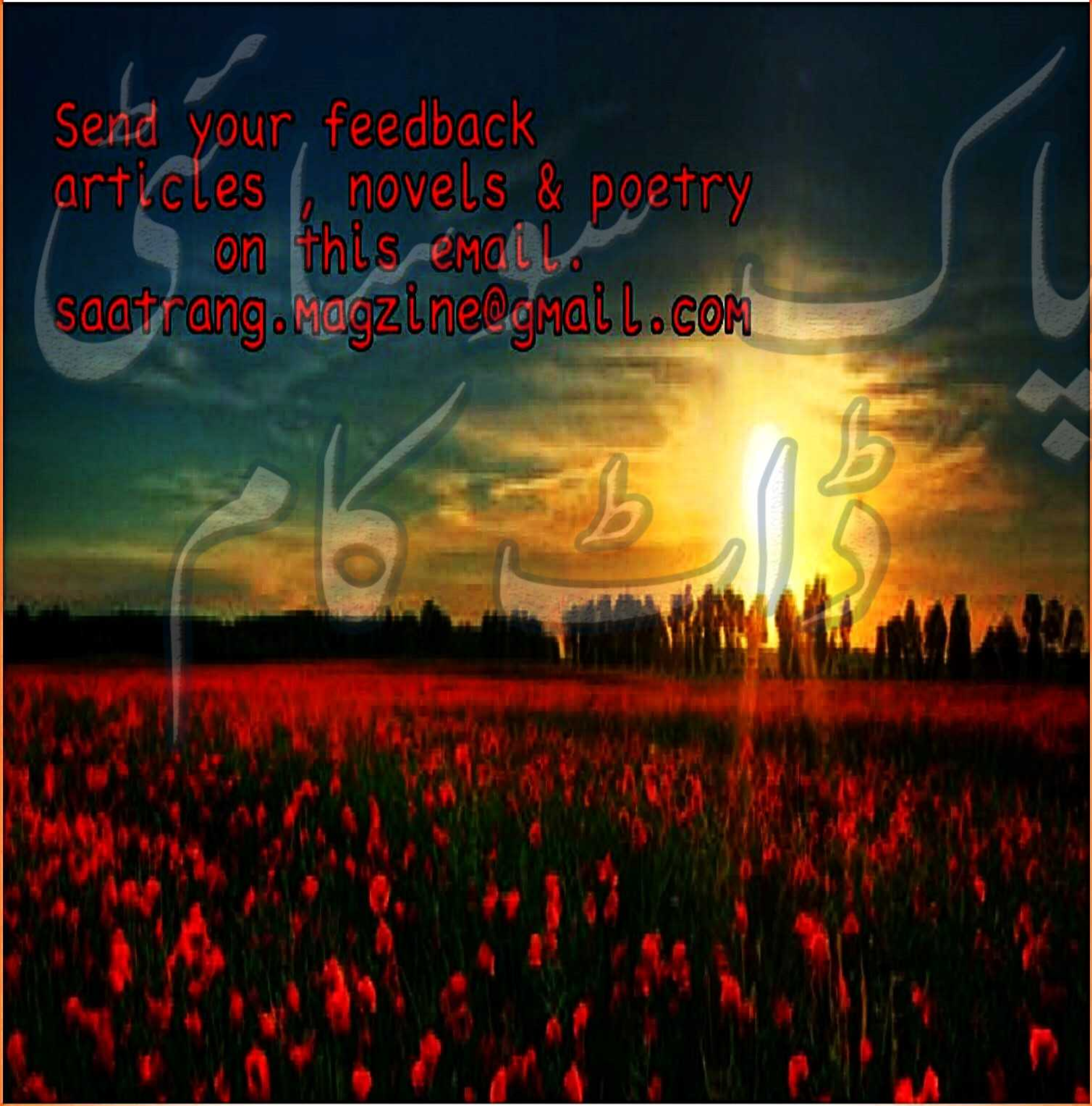
مہکتی فضاؤں کی ہواؤں میں یاد تم کر لینا

بھول تو جاؤ گے تم ہمیں اپنوں میں کھو کر

کبھی کہیں دل دل لگاؤ تو سحر کو یاد کر لینا

از سحرش علی نقوی

رحیم یار خان



WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1 PAKSOCIETY